

Projekt

z dnia 1 kwietnia 2026 r.
Zatwierdzony przez

**UCHWAŁA NR
RADY POWIATU ŻARSKIEGO**

z dnia 2026 r.

**w sprawie przyjęcia do realizacji „Powiatowego Programu oddziaływań
psychologiczno-terapeutycznych wobec osób stosujących przemoc
domową na lata 2026-2030”**

Na podstawie art. 6 ust. 4 pkt 3 ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (Dz.U. z 2024 r., poz. 1673 z późn. zm.), art. 112 ust.13 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz.U. z 2025 r., poz. 1214 z późn. zm.) oraz art. 12 ust.11 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (Dz.U. z 2025 r., poz. 1684) Rada Powiatu uchwala, co następuje:

§ 1. Przyjmuje się do realizacji „Powiatowy Program oddziaływań psychologiczno-terapeutycznych wobec osób stosujących przemoc domową na lata 2026-2030” w brzmieniu stanowiącym załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2. Wykonanie uchwały powierza się Zarządowi Powiatu.

§ 3. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

**Załącznik Nr 1
do Uchwały Nr
Rady Powiatu Żarskiego
z dnia**

**POWIATOWY PROGRAM ODDZIAŁYWAŃ PSYCHOLOGICZNO-
TERAPEUTYCZNYCH WOBEC OSÓB STOSUJĄCYCH PRZEMOC DOMOWĄ
NA LATA 2026-2030**

SPIS TREŚCI

1. WPROWADZENIE	3
2. PODSTAWA PRAWNA	3
3. CELE PROGRAMU.....	3
4. PARTNERZY.....	4
5. ADRESACI/WARUNKI UCZESTNICTWA W PROGRAMIE.....	4
6. TEMATYKA I FORMA ZAJĘĆ.....	4
7. REALIZATORZY PROGRAMU.....	4
8. MIEJSCE REALIACJI PROGRAMU.....	4
9. CZAS REALIZACJI PROGRAMU.....	5
10. MONITORING.....	5
11. PRZEWIDYWANE EFEKTY REALIZACJI PROGRAMU.....	5
12. ŹRÓDŁO FINANSOWANIA.....	5
13. KONSPEKTY ZAJĘĆ.....	6

1.WPROWADZENIE

Przemoc domowa stanowi poważny problem społeczny i negatywnie wpływa na funkcjonowanie całych rodzin i społeczności lokalnych. Osoby stosujące przemoc często wykazują deficyty w zakresie regulacji emocji, umiejętności komunikacyjnych, rozwiązywania konfliktów oraz radzenia sobie ze stresem i frustracją. Nierzadko towarzyszą temu zniekształcone przekonania dotyczące ról rodzinnych, władzy, odpowiedzialności oraz usprawiedliwianie zachowań przemocowych. Brak specjalistycznego oddziaływania terapeutycznego wobec osób stosujących przemoc domową zwiększa ryzyko jej eskalacji i powtarzalności, a także pogłębia szkody psychiczne i społeczne ponoszone przez osoby doświadczające przemocy. Dlatego konieczne jest podejmowanie systemowych i długofalowych działań ukierunkowanych nie tylko na ochronę ofiar ale również na zmianę postaw i zachowań osób stosujących przemoc. Ramowy program psychologiczno-terapeutyczny dla osób stosujących przemoc domową ma na celu ograniczenie zjawiska przemocy poprzez zwiększenie odpowiedzialności za własne zachowania, rozwijanie umiejętności samokontroli, konstruktywnej komunikacji i empatii wobec członków rodziny. Realizacja programu stanowi istotne uzupełnienie działań interwencyjnych i pomocowych. Oddziaływania terapeutyczne przyczynią się do zwiększenia bezpieczeństwa w rodzinach, zmniejszenia liczby aktów przemocy oraz poprawy funkcjonowania psychospołecznego uczestników programu.

2.PODSTAWA PRAWNA

Program będzie realizowany w oparciu o następujące akty prawne:

1. Ustawę z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (Dz.U z 2024 poz. 1673 ze zm.)
2. Ustawę z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz.U. z 2025 poz. 1214 ze zm.)
3. Rozporządzenia Ministra Rodziny i Polityki Społecznej z dnia 22 czerwca 2023 r. 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)

3.CELE PROGRAMU

1. Wzbudzenie motywacji wewnętrznej do zmiany i poszerzenie wglądu we własne zachowania.
2. Rozwój umiejętności związanych z funkcjonowaniem w rodzinie.
3. Pogłębianie wiedzy na temat wpływu przemocy na jakość relacji i funkcjonowanie emocjonalne w dorosłym życiu.
4. Poszerzenie wiedzy i umiejętności powstrzymywania się od zachowań przemocowych.
5. Nabycie umiejętności radzenia sobie z konfliktami bez użycia przemocy.
6. Doskonalenie umiejętności wychowawczych w oparciu o „Porozumienie bez przemocy”
7. Diagnozowanie potrzeb.
8. Wzmacnianie postawy odpowiedzialności wobec siebie i innych.
9. Kształtowanie umiejętności prospołecznych: asertywności, empatii, rozpoznawania, nazywania i wyrażania emocji, radzenia sobie z trudnymi emocjami.
10. Poszerzenie samoświadomości własnych zasobów oraz przekonań funkcjonujących w rodzinie.

4. PARTNERZY

Partnerami Programu psychologiczno-terapeutycznego są Gminne i Miejskie Ośrodki Pomocy Społecznej w Powiecie Żarskim, Sąd Rejonowy – III Wydział Rodzinny i Nieletnich, II Wydział Karny oraz Zespoły Interdyscyplinarne.

5. ADRESACI/WARUNKI UCZESTNICTWA W PROGRAMIE

Adresatami niniejszego programu są osoby stosujące przemoc domową, które uznały fakt stosowania przemocy we własnej rodzinie i ukończyły wcześniej program korekcyjno-edukacyjny, który stanowi podstawę do kontynuacji edukacji w tym zakresie. Warunkiem uczestnictwa w programie jest również podpisanie kontraktu.

Każdy z uczestników podlega wstępnej kwalifikacji przez psychologa, który formułuje opinię na temat uczestnika dotyczącą zasadności udziału w programie.

6. TEMATYKA I FORMA ZAJĘĆ

Tematyka i forma zajęć są zgodne są z harmonogramem programu psychologiczno-terapeutycznego i obejmują:

1. Spotkanie integracyjne, zapoznanie się i podpisanie kontraktu.
2. Życiorys emocjonalny i nauka rozpoznawania emocji.
3. Praca na genogramie. Określenie schematów radzenia sobie z emocjami w rodzinie.
4. Doświadczenia traumatyczne a skłonność do zachowań przemocowych.
5. Techniki redukcji napięcia emocjonalnego, praca z ciałem, techniki autogenne.
6. Techniki stabilizacji emocjonalnej, wizualizacja bezpiecznego miejsca, wewnętrzny pomocnik, drzewo mocy.
7. Praca na zasobach, rezyliencja. Zakończenie i podsumowanie programu.

Do każdego spotkania opracowany jest konspekt zajęć, który stanowi załącznik do programu.

7. REALIZATORZY PROGRAMU

Realizatorem programu jest Powiat Żarski, w którego imieniu działa Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Żarach. Program prowadzony jest przez osoby posiadające kwalifikacje i uprawnienia zgodne z obowiązującymi przepisami prawa.

8. MIEJSCE REALIZACJI PROGRAMU

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Żarach, ul. Artylerzystów 6 – sala konferencyjna.

Na zakończenie programu w zależności od potrzeb mają miejsce wyjścia z grupą do pizzerii bądź w inne miejsca (np. organizacja ogniska). Taka forma spędzania czasu ma na celu pokazanie konstruktywnych sposobów spędzania czasu, świętowania ważnych wydarzeń w życiu każdego uczestnika oraz nauki zachowania bez użycia agresji i przemocy w miejscach publicznych.

9. CZAS REALIZACJI PROGRAMU

Program realizowany jest każdego roku w miesiącach wrzesień – listopad. Czas trwania całego programu to 16 godzin zegarowych. Łącznie ma miejsce 7 spotkań grupowych.

10. MONITORING PROGRAMU

Monitoring programu polega na tym, iż każdy z uczestników wypełnia arkusz diagnostyczny. Dodatkowo na zakończenie programu uczestnicy wypełniają ankietę ewaluacyjną zawierającą pytania dotyczące przebiegu programu.

11. PRZEWIDYWANE EFEKTY REALIZACJI PROGRAMU

Realizacja ramowego programu psychologiczno – terapeutycznego dla osób stosujących przemoc domową przyczyni się do osiągnięcia następujących efektów:

1. Zmniejszenia częstotliwości i intensywności zachowań przemocowych wobec członków rodziny i innych osób.
2. Zwiększenia świadomości uczestników w zakresie mechanizmów przemocy domowej, jej konsekwencji prawnych, społecznych i emocjonalnych
3. Wzrostu poczucia odpowiedzialności za własne zachowania oraz odejście od postaw usprawiedliwiających i minimalizujących stosowanie przemocy.
4. Rozwój umiejętności rozpoznawania i regulowania emocji zwłaszcza złości, frustracji, napięcia a także nabycie konstruktywnych strategii radzenia sobie ze stresem.
5. Poprawa kompetencji komunikacyjnych i społecznych w tym umiejętności prowadzenia dialogu, rozwiązywania konfliktów bez użycia przemocy oraz wyrażania potrzeb w sposób asertywny.
6. Zwiększenie poziomu empatii a także lepsze rozumienie granic i praw innych osób.
7. Wzmacnianie motywacji do trwałej zmiany zachowań, kontynuowania pracy nad sobą oraz korzystania z innych form wsparcia psychospołecznego i terapeutycznego.
8. Poprawa funkcjonowania rodzinnego i społecznego uczestników programu, w tym zwiększenia poczucia bezpieczeństwa w rodzinach objętych oddziaływaniami.
9. Zmniejszenie ryzyka powrotu do zachowań przemocowych poprzez utrwalenie nabytych umiejętności oraz zmianę postaw i schematów myślenia.
10. Wzmocnienie lokalnego systemu przeciwdziałania przemocy domowej poprzez skoordynowane oddziaływania psychologiczno-terapeutyczne wobec osób stosujących przemoc domową.

12. ŹRÓDŁO FINANSOWANIA

Środki przeznaczone na realizację Programu korekcyjno-edukacyjnego zapewnia budżet państwa, który decyduje o wysokości przyznanych środków finansowych na ten cel.

Długofalowym efektem realizacji programu będzie zmniejszenie skali zjawiska przemocy domowej oraz wzmocnienie skuteczności lokalnego systemu przeciwdziałania przemocy.

Konspekty zajęć grupowych w ramach realizacji programu psychologiczno-terapeutycznego dla osób stosujących przemoc domową

SPOTKANIE I

CELE:

- integracja grupy,
- zapoznanie uczestników z celami i formą prowadzenia zajęć
- podpisanie kontraktu,
- wzbudzenie motywacji wewnętrznej do zmiany zachowania przez analizę przyczyn zachowania i wgląd w mechanizmy własnych zachowań.

1. Wprowadzenie

- o Powitanie uczestników
- o Przedstawienie tematów spotkań i zapoznanie z celami spotkań

Czas: 15 minut

2. Praca na kartach terapeutycznych – przedstawienie aktualnej sytuacji każdego z uczestników

Każdy z uczestników wybiera trzy spośród zaprezentowanych kart terapeutycznych pod kątem określenia swojej aktualnej sytuacji psychologicznej i przedstawia swoją sytuację rodzinną, osobistą, cel uczestniczenia w programie; ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji przemocowych i efektywności zmian wprowadzonych w ramach programu korekcyjno edukacyjnego

Czas: 1 godzina

3. Określenie potrzeb uczestników związanych z programem

Czas: 15 minut

4. Podpisanie kontraktu

Czas: 15 minut

5. Zakończenie – podsumowanie spotkania

Czas: 15 minut

SPOTKANIE 2

CELE:

- nabywanie umiejętności służących rozwiązywaniu problemów i konfliktów bez użycia przemocy,
- nabywanie 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,
- poszerzenie samoświadomości, zwłaszcza w kontekście własnych zasobów oraz ograniczeń i negatywnych stereotypów funkcjonowania w relacjach rodzinnych.

1. Wprowadzenie

- o Powitanie uczestników
- o Przedstawienie tematów spotkań i zapoznanie z celem spotkania

Czas: 15 minut

2. Rundka

Każdy z uczestników nazywa stan emocjonalny, z którym rozpoczyna zajęcia, przedstawia ważne wydarzenia z ubiegłego tygodnia, ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji przemocowych i radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

Czas: 15 minut

3. Życiorys emocjonalny

Uczestnicy otrzymują karty z wypisanymi emocjami. Zadaniem każdego z uczestników po kolei jest ułożyć z kart historie swojego życia pod kątem szczególnie wybijającego się zabarwienia emocjonalnego. Każdy z uczestników przedstawia swoje życie pod kątem pojawiających się emocji.

Czas: 1 godzina

4. Ćwiczenia relaksacyjne

- ćwiczenie uważności
- wizualizacja
- praca z ciałem

Czas: 20 minut

5. Podsumowanie i zakończenie spotkania

Czas: 10 minut

SPOTKANIE 3

CELE:

- poszerzenie samoświadomości, zwłaszcza w kontekście własnych zasobów oraz ograniczeń i negatywnych stereotypów funkcjonowania w relacjach rodzinnych,
- rozwój umiejętności związanych z budowaniem relacji rodzinnych i partnerskich,
- pogłębianie wiedzy na temat wpływu przemocy na relacje społeczne i sposobów jej przeciwdziałania.

1. Wprowadzenie

- o Powitanie uczestników
- o Przedstawienie tematów spotkań i zapoznanie z celem spotkania

Czas: 10 minut

2. Rundka

Każdy z uczestników nazywa stan emocjonalny, z którym rozpoczyna zajęcia, przedstawia ważne wydarzenia z ubiegłego tygodnia, ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji przemocowych i radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

Czas: 15 minut

3. Prezentacja dotycząca genogramu, celów pracy z genogramem oraz podstawowych oznaczeń genogramu

Czas: 10 minut

4. Praca indywidualna nad własnym genogramem

Czas: 40 minut

5. Omówienie genogramów poszczególnych osób

- refleksja dotycząca schematów w rodzinie
- przekazy, przekonania przekazywane poprzez pokolenia predysponujące do pojawienia się zachowań przemocowych

Czas: 40 minut

6. Ćwiczenia relaksacyjne

- ćwiczenia oddechowe

Czas: 5 minut

7. Podsumowanie i zakończenie spotkania

Czas: 5 minut

SPOTKANIE 4

CELE:

- rozwój umiejętności związanych z budowaniem relacji rodzinnych i partnerskich
- pogłębianie wiedzy na temat wpływu przemocy na relacje społeczne i sposobów jej przeciwdziałania

1. Wprowadzenie

- o Powitanie uczestników
- o Przedstawienie tematów spotkań i zapoznanie z celem spotkania

Czas: 10 minut

2. Rundka – każdy z uczestników nazywa stan emocjonalny, z którym rozpoczyna zajęcia, przedstawia ważne wydarzenia z ubiegłego tygodnia, ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji przemocowych i radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

Czas: 15 minut

3. Prezentacja dotycząca psychotraumatologii – rozmowa dotycząca wpływu traum z dzieciństwa na funkcjonowanie w dorosłości

Czas: 1,5 godzina

4. Prezentacja kampanii społecznych, typu „Kopiuj – wklej” pokazujących wpływ sposobu wychowywania dzieci na jakość ich funkcjonowania w dorosłości

Czas: 30 minut

5. Rozmowa kierowana – dotycząca prawidłowych technik wychowawczych respektujących odrębność dzieci
- omówienie sposobów na okazanie miłości i przywiązania

Czas: 30 minut

6. Podsumowanie i zakończenie spotkania

Czas: 5 minut

SPOTKANIE 5

CELE:

- zdobycie wiedzy i umiejętności powstrzymywania się od zachowań przemocowych
- nabycie umiejętności służących rozwiązywaniu problemów i konfliktów bez użycia przemocy
- 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

1. Wprowadzenie

- o Powitanie uczestników
- o Przedstawienie tematów spotkań i zapoznanie z celem spotkania

Czas: 10 minut

2. Rundka – każdy z uczestników nazywa stan emocjonalny, z którym rozpoczyna zajęcia, przedstawia ważne wydarzenia z ubiegłego tygodnia, ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji przemocowych i radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

Czas: 15 minut

3. Praca grupowa

Każdy z uczestników wymienia różne sposoby radzenia sobie z trudnymi emocjami. Pomysły zapisywane są na flipcharcie.

Czas: 15 minut

4. Praca z oddechem jako technika radzenia sobie z emocjami

Czas: 20 minut

5. Praca z ciałem

- Ruch: ciałonauka, improwizacja ruchowa, ruch somatyczny, automasaż
- Mindfulness: uważna praca z oddechem, skanowanie ciała, medytacje, relaksacja

Czas: 20 minut

6. Podsumowanie i zakończenie spotkania

Czas: 10 minut

SPOTKANIE 6

CELE:

- zdobycie wiedzy i umiejętności powstrzymywania się od zachowań przemocowych
- nabycie umiejętności służących rozwiązywaniu problemów i konfliktów bez użycia przemocy
- 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
- diagnozowanie potrzeb

1. Wprowadzenie

- o Powitanie uczestników
- o Przedstawienie tematów spotkań i zapoznanie z celem spotkania

Czas: 10 minut

2. Rundka

Każdy z uczestników nazywa stan emocjonalny, z którym rozpoczyna zajęcia, przedstawia ważne wydarzenia z ubiegłego tygodnia, ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji przemocowych i radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

Czas: 15 minut

3. Wizualizacja – bezpieczne miejsce

Czas: 15 minut

4. Ćwiczenie wykorzystujące elementy artterapii

Każdy z uczestników otrzymuje kubek/ talerzyk, na którym farbami do malowania na ceramice maluje zwizualizowane bezpieczne miejsce.

Czas: 30 minut

5. Omówienie technik stabilizacji emocjonalnej

Czas: 10 minut

6. Praca na potrzebach

Każdy z uczestników otrzymuje listę potrzeb. Określa, jakie potrzeby na dzień dzisiejszy wymagają zaspokojenia. Zastanawia się nad konstruktywnymi sposobami zadbania o siebie

Czas: 30 minut

7. Podsumowanie i zakończenie spotkania

Czas: 10 minut

SPOTKANIE 7

CELE

1. Wprowadzenie
 - Powitanie uczestników
 - Przedstawienie tematów spotkań i zapoznanie z celem spotkania

Czas: 10 minut

2. Rundka

Każdy z uczestników nazywa stan emocjonalny, z którym rozpoczyna zajęcia, przedstawia ważne wydarzenia z ubiegłego tygodnia, ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji przemocowych i radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

Czas: 15 minut

3. Praca na zasobach i rezyliencja – prezentacja

Czas: 15 minut

4. Ćwiczenie

Każdy z uczestników tworzy listę zasobów. Następnie lista przechodzi do kolejnych osób, które mają za zadanie dopisać zasoby, jakie dostrzegły u danego uczestnika programu

Czas 20 minut

5. Rozdanie dyplomów i wypełnienie ankiet

Czas: 10 minut

6. Czas poza miejscem spotkań np. wyjście na pizzę, wyjazd na ognisko, itp.

Czas: 2 godziny

Uzasadnienie

Art. 6 ust. 4 pkt 3 ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (Dz.U. z 2024 r., poz. 1673 z późn. zm.) wskazuje, że do zadań z zakresu administracji rządowej realizowanych przez powiat należy w szczególności opracowywanie i realizacja programów psychologiczno-terapeutycznych dla osób stosujących przemoc domową. Z kolei art. 112 ust. 13 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz.U. z 2025 r., poz. 1214 z późn.zm.) wskazuje, że Rada Powiatu wdraża lokalne programy pomocy społecznej.

Jako jeden z kierunków działań przyjętych w Krajowym Programie Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie na lata 2024-2030 wpisano m.in. realizowanie programów psychologiczno-terapeutycznych zmierzających do zmiany wzorców zachowań. Powiat Żarski realizując obowiązek wynikający ze wskazanych wyżej przepisów przyjmuje program psychologiczno-terapeutyczny dla osób stosujących przemoc domową, którego realizatorem będzie Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Żarach.

Zatem istnieje konieczność wyznaczenia nowych kierunków działań mających na celu zmniejszenie skali zjawiska przemocy domowej w Powiecie Żarskim oraz zwiększenie skuteczności działań profilaktycznych w zakresie przeciwdziałania przemocy.