



**RAPORT
MERYTORYCZNY
Z DZIAŁALNOŚCI
STOWARZYSZENIA OPTA
W ROKU 2019**

Stowarzyszenie OPTA

Działamy na rzecz osób znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej, w szczególności rodzin przeżywających kryzysy, związane między innymi z występowaniem w rodzinie przemocy i/lub współuzależnienia.

Jesteśmy organizacją pozarządową nie działającą dla osiągnięcia zysku, zrzeszającą specjalistów w zakresie psychologii i prawa oraz trenerów, szkoleniowców i konsultantów.

Celem naszych działań jest dokonanie trwałej zmiany na poziomie indywidualnym i społecznym. Udzielając kompleksowej i interdyscyplinarnej pomocy wspieramy odbiorców naszych działań w budowaniu zaufania do własnych decyzji i umiejętności skutecznego działania.

Realizując indywidualną i grupową pomoc psychologiczną, pedagogiczną i prawną, a także szkolenia, warsztaty oraz specjalistyczne programy przeciwdziałamy, pomagamy i uczymy pomagać. W naszej pracy opieramy się na wartościach humanistycznych, zachowując pełne przekonanie o wolności i godności drugiego człowieka.

Adres: ul. Marszałkowska 85 lok. 34, 00-683 Warszawa

Tel. 022 622 52 52, + 48 797 924 700

www.opta.org.pl e-mail: biuro@opta.org.pl

KRS 0000145996 NIP 525-15-75-195 REGON 011820803

Data wpisu do KRS: 6 marca 1996 r.

Nazwa programu:

Kryzys czyli szansa

Koordynatorka: **Joanna Markiewicz**

Założenia programu:

Celem głównym zadania było ograniczenie wpływu czynników zakłócających funkcjonowanie rodziny. Celami szczegółowymi było stworzenie warunków do wzmocnienia rodziny m.in. poprzez pomoc w rozwoju więzi rodzinnych i kompetencji rodzicielskich oraz poprawę funkcjonowania rodzin, w których w następstwie problemów z uzależnieniem lub współuzależnieniem, występują problemy opiekuńczo-wychowawcze.

Proponowane działania dostarczały rodzinom narzędzi pomocnych w rozwiązywaniu problemów związanych z ich trudną sytuacją życiową wynikającą z uzależnienia, samotnego rodzicielstwa, braku umiejętności wychowawczych, ubóstwa i in.

Uzyskano to poprzez rozwój predyspozycji/mocnych stron kompetentnego rodzica w jego codziennym życiu rodzinnym i nabycie przez niego umiejętności samodzielnego wychodzenia z sytuacji kryzysowych.

Celem pracy z dziećmi była poprawa funkcjonowania dzieci w sferze emocjonalnej w relacji z rówieśnikami i dorosłymi oraz w obszarze rozumienia siebie i ich własnego wpływu na relacje z innymi.

Opis realizacji:

W ramach zadania prowadzone były działania psychoedukacyjne i wspierające rodzinę oraz porady i konsultacje.

Program działań miał charakter kompleksowy i był adresowany do całych rodzin (dzieci, rodziców oraz opiekunów). Dla każdej rodziny staraliśmy się budować indywidualną ofertę zawierającą działania najbardziej trafne z punktu widzenia jej problemów.

Na kompleksową pomoc specjalistyczną składały się następujące działania (prowadzone w formie indywidualnej i grupowej):

- konsultacje (specjalistyczne konsultacje psychologiczne);
- indywidualna pomoc - rodzice (indywidualna pomoc psychologiczna dla rodziców/opiekunów);
- indywidualna pomoc - dzieci (indywidualna pomoc psychologiczna dla dzieci i młodzieży);
- grupowa pomoc - rodzice (grupowa pomoc psychologiczna dla rodziców/opiekunów);
- grupowa pomoc - dzieci (grupowa pomoc psychologiczna dla dzieci);
- warsztaty (warsztaty umiejętności wychowawczych z udziałem rodziców i dzieci);
- sesje rodzinne (pomoc psychologiczna dla indywidualnych rodzin).

Liczba uczestników:

172 osoby.

Osiągnięte rezultaty:

Spotkania w ramach indywidualnej pomocy rodzicom służyły:

- wzmocnieniu indywidualnych zasobów poszczególnych rodziców,
- rozwijaniu umiejętności rozpoznawania źródeł problemów własnych i ich wpływu na funkcjonowanie rodziny, dzieci,
- rozwijaniu umiejętności samodzielnego radzenia sobie w trudnych dla rodziny sytuacjach,
- pomocy w wypracowaniu nowych, bardziej konstruktywnych wzorców relacji i więzi w rodzinie,
- podniesieniu poczucia wpływu na swoje życie i zwiększenie otwartości na relacje z innymi oraz zmniejszenie poczucia izolacji,
- wprowadzeniu lub poprawie umiejętności oddzielania własnych uczuć i trudności od tego co czuje i z czym ma problem dziecko.

Spotkania w ramach indywidualnej pomocy dzieciom i młodzieży służyły poprawie ich funkcjonowania:

- w sferze emocjonalnej - rozumienie natury swoich problemów i tego jak im zapobiegać,
- w relacji z rówieśnikami i dorosłymi – budowanie relacji opartych na zaufaniu i współdziałaniu,
- w obszarze rozumienia siebie i swojego wpływu na relacje z innymi - uczenie się dostrzegania skutków własnych działań i brania odpowiedzialności za kształt relacji,
- w sferze funkcjonowania poznawczego - rozumienie złożonych sytuacji społecznych, rozbudzanie ciekawości poznawczej,
- w zmniejszeniu ilości i/lub natężenia nieprzystosowawczych zachowań.

Spotkania w ramach grupowej pomocy rodzicom służyły:

- wzmocnianiu uczestników w ich rolach rodzicielskich,
- wspieraniu w bieżących, osobistych i wychowawczych problemach,
- nauczaniu rodziców nowych sposobów reagowania na trudne zachowania dziecka oraz radzenia sobie z własnymi emocjami, związanymi z tymi zachowaniami,
- nauczaniu uczestników konstruktywnych sposobów wspierania ich dzieci w ich rozwoju,
- zwiększeniu świadomości własnych postaw rodziców wobec ich dzieci,
- poszerzeniu umiejętności lepszego porozumiewania się w relacji z dzieckiem,
- podejmowaniu nowych zadań opartych na wzajemnym zaufaniu i szacunku dla indywidualnych potrzeb dzieci,
- poszerzeniu świadomości jak własne doświadczenie z dzieciństwa wpływa na obecne ich rodzicielstwo,
- wymianie doświadczeń z innymi rodzicami.

Spotkania w ramach grupowej pomocy dzieciom prowadzone były dla dzieci w wieku 8 - 10 lat. Spotkania służyły:

- poprawie funkcjonowania dzieci w domu i w szkole,
- poprawie ich relacji rówieśniczych oraz relacji z osobami dorosłymi,
- w kontaktach z rówieśnikami i dorosłymi – budowaniu relacji opartych na zaufaniu i współdziałaniu,
- w obszarze rozumienia siebie i swojego wpływu na relacje z innymi - uczeniu się dostrzegania skutków własnych działań i brania odpowiedzialności za kształt relacji,
- w sferze funkcjonowania poznawczego - rozumieniu złożonych sytuacji społecznych, rozbudzaniu ciekawości poznawczej,
- uczeniu się wyrażania emocji w sposób niekrzywdzący innych,

- poprawie swojej samooceny,
- zmniejszeniu ilości i/lub natężenia nieprzystosowawczych zachowań,
- uczeniu się stosowania nowych, konstruktywnych zachowań w relacjach z innymi ludźmi.

Warsztaty służyły:

- lepszemu wzajemnemu poznaniu się,
- pogłębieniu relacji oraz odbudowie lub wzmocnieniu zdrowych więzi rodzica z dzieckiem,
- lepszemu rozpoznawaniu wzajemnych uczuć, potrzeb i trudności,
- rozwinięciu/zdobyciu umiejętności wychowawczych, takich jak: radzenie sobie z trudnymi zachowaniami prezentowanymi przez dziecko, stawianie rozsądnych granic, włączanie dziecka do współpracy, podążanie za dzieckiem, rozumienie potrzeb i uczuć dzieci.

W odpowiedziach na pytania otwarte w ankietach ewaluacyjnych badani wyrażali się bardzo pozytywnie o udziale w zajęciach. Najczęściej pisali o zauważeniu potrzeb dziecka, o tym, że lepiej je poznali oraz doceniali nabycie konkretnych umiejętności rodzicielskich i technik wychowawczych. Część osób była też wdzięczna, za cenny czas spędzony z dzieckiem oraz niektórzy wyrazili się pozytywnie o możliwości dzielenia się doświadczeniami z innymi uczestnikami.

Sesje rodzinne służyły:

- pogłębionemu rozpoznaniu problemów i potrzeb oraz zasobów rodziny,
- lepszemu wzajemnemu poznaniu i wzmocnieniu więzi rodzinnych,
- rozpoznaniu wpływu zakłóceń w relacji rodziców na funkcjonowanie rodziny a zwłaszcza dzieci,
- analizie postaw rodzicielskich każdego z małżonków, ich metod wychowawczych zwłaszcza, gdy był to obszar konfliktowy.

Zespół:

Lidia Bartoszevska, Anna Komosińska, Agnieszka Laus-Rzepecka, Joanna Markiewicz, Małgorzata Niedziałkowska, Agnieszka Pawłowska-Fryckowska, Hanna Regulska, Joanna Fejfer-Szpytko, Izabela Włodarczyk, Joanna Zawacka -Waśk, Izabela Rokita.

Grantodawca:

Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m. st. Warszawa

Budżet w roku 2019:

275 900 PLN.

Plany na 2020 rok:

- Kontynuacja dotychczasowych form pracy z rodzinami w kryzysie;
- Pozyskiwanie nowych środków na działania warsztatowe dla rodziców oraz dzieci i młodzieży

Nazwa programu:

Q Zmianie II – kompleksowa pomoc dla osób doświadczających przemocy w rodzinie

Koordynatorka: **Katarzyna Przyborowska**

Założenia projektu:

Głównym celem projektu było zatrzymanie lub ograniczenie przemocy w rodzinach uczestników poprzez zapewnienie im kompleksowej, interdyscyplinarnej pomocy psychologicznej i prawnej i motywowanie do zmiany postawy z biernej na proaktywną, poprzez:

- diagnozowanie sytuacji życiowej uczestników,
- identyfikowanie form i przejawów doświadczanej przemocy,
- rozpoznanie potrzeb psychologicznych uczestników,
- uporządkowanie m.in. ich sytuacji prawnej,
- pogłębienie ich umiejętności psychospołecznych oraz znajomości własnych praw,
- edukację o zjawisku i skutkach przemocy domowej oraz o prawach i możliwościach uzyskania specjalistycznej pomocy,
- współpracę z grupami roboczymi realizującymi procedurę Niebieskie Karty.

Opis realizacji:

W ramach zadania odbyły się:

1. Cotygodniowe dyżury specjalistek ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Większość uczestniczek/ów spotykała się ze specjalistką kilkakrotnie. W ramach spotkań kwalifikowano klientów do udziału, rozpoznawano sytuację życiową uczestników i kierowano do pomocy u innych specjalistów;
2. Cotygodniowe dyżury konsultacyjne i interwencyjne „adwokata socjalnego”, w ramach których rozpoznawano sytuację prawną i podejmowano stosowne interwencje we współpracy z prawnikiem oraz specjalistkami ds. przeciwdziałania przemocy;
3. Cotygodniowe konsultacje diagnostyczne uczestników z psychologiem służące pogłębionej diagnozie sytuacji psychologicznej oraz wstępnemu ustaleniu potrzeb psychologicznych uczestnika i możliwych kierunków zmiany;
4. Krótkoterminowe indywidualne wsparcie psychologiczne (max. 13) służące głębszej analizie sytuacji psychologicznej uczestnika i pracy w obszarze najpilniejszych potrzeb;
5. Psychologiczne porady diagnostyczne dla rodziców umożliwiające rozpoznanie i omówienie problemów opiekuńczo - wychowawczych i trudności w relacjach uczestników z dziećmi;
6. Cotygodniowe konsultacje prawne dające możliwość diagnozy sytuacji prawnej uczestnika oraz służące wskazaniu możliwości skorzystania z dostępnych instytucji pomocowych, w tym prawno-sądowych; przygotowywanie pism procesowych, wniosków sądowych, przygotowanie strategii sądowych;

7. Spotkania konsultacyjne w zespole psycholog – prawnik polegające na wspólnej pracy nad przygotowaniem strategii postępowania w sądzie z uwzględnieniem aktualnej sytuacji zarówno prawnej, jak i psychologicznej uczestnika;
8. Dwie edycje grupy wsparcia dla osób doświadczających przemocy domowej, w trakcie których edukowano uczestników w zakresie form i przejawów przemocy w rodzinie oraz udzielano im wzajemnego wsparcia w kontekście sytuacji przemocy;
9. Grupa o charakterze rozwojowym służąca pogłębionemu samopoznaniu uczestniczek, doświadczeniu świadomości własnych zasobów i trudności oraz pracy nad osobistą zmianą;
10. Trening antystresowy „Q Równowadze” prowadzony metodą drama terapii mający pomóc uczestnikom w radzeniu sobie ze stresem;
11. Dwa dwudniowe warsztaty psychoedukacyjne, w trakcie których pracowano nad konstruktywną i asertywną komunikacją oraz zmianą postawy w kontakcie z instytucjami na proaktywną;
12. Zespół projektu pracował pod superwizją grupową i indywidualną.

Liczba odbiorców:

202 osoby.

Osiągnięte rezultaty:

Duża część uczestników rozpoczęła i umocniła się w dążeniu do zmiany swojej sytuacji, uporządkowała sprawy prawne i życiowe poprzez:

- zwiększenie wiedzy w zakresie identyfikowania zjawiska przemocy, jego przejawów i skutków;
- zwiększenie wiedzy o przysługujących prawach i wzrost motywacji do przezwyciężenia sytuacji przemocy;
- zwiększenie świadomości dotyczącej skutków przemocy u dzieci;
- zwiększenie wiedzy na temat procedury Niebieskie Karty;
- wzrost pewności siebie, zmniejszenie nieadekwatnego poczucia odpowiedzialności za sytuację przemocy;
- podjęcie działań w kierunku zmiany i poprawy swojej sytuacji;
- wzięcie odpowiedzialności za podejmowane decyzje dotyczące zmiany;
- zwiększenie skuteczności w realizowaniu swoich praw w sądach i innych instytucjach.

Część działań w ramach zadania była prowadzona we współpracy z zespołami interdyscyplinarnymi i grupami roboczymi działającymi w warszawskich dzielnicach, w szczególności ze Śródmieścia, Pragi Południe, Ursynowa, Mokotowa i Białołęki.

W niektórych przypadkach specjalistki projektu podejmowały współpracę z grupami roboczymi na rzecz klientek/ów, co znacznie zwiększało poczucie bezpieczeństwa uczestniczek/ów.

Zespół:

Katarzyna Bartosiak, Marlena Dałek, Magdalena Krupa-Witkowska, Katarzyna Przyborowska, Joanna Rossa, Izabela Sawicka, Beata Szymańska, Monika Winek, Marta Witek, Joanna Zawacka i Aldona Żejmo-Kudelska.

Grantodawca:

Biuro Projektów i Pomocy Społecznej Urzędu m. st. Warszawa

Budżet:

Całkowity – 232 070,00 PLN, w tym dotacja **219 560,00 PLN.**

Plany na rok 2020:

Kontynuacja i stale doskonalenie form pracy z uczestnikami.

Nazwa programu:

W rodzinie siła

Koordynatorki: **Joanna Markiewicz, Anna Bartosiak**

Założenia programu:

- ograniczenie stosowania przemocy w warszawskich rodzinach;
- zmniejszenie zdrowotnych i społecznych skutków różnych form przemocy występujących u dzieci (brak zdolności do rozpoznawania emocji własnych i innych, nieadekwatne reakcje emocjonalne, lęki i inne);
- zwiększenie poczucia bezpieczeństwa dzieci w rodzinach, w których występuje przemoc, a w konsekwencji poprawa funkcjonowania emocjonalnego dzieci dotkniętych przemocą;
- uzupełnienie wiedzy u dzieci na temat norm społecznych oraz doskonalenie kompetencji interpersonalnych niezbędnych w przeciwstawianiu się sytuacji bezradności i wykluczeniu społecznemu;
- wzmocnienie postaw rodzicielskich i wzrost kompetencji wychowawczych rodziców;
- pogłębienie relacji rodzica z dzieckiem poprzez wspólne zabawy i bliski kontakt oraz ćwiczenie umiejętności.

Opis realizacji:

Główne działania:

- konsultacje wstępne - diagnostyczne dla rodziców, dzieci i młodzieży. W ramach spotkań diagnostycznych ustala się wspólnie z klientem cele i strategię pomocy (konkretnych działań zmierzających do poprawy funkcjonowania klienta w roli rodzica/opiekuna, rozwinięcia umiejętności psychospołecznych dziecka);
- grupa socjoterapeutyczna dla dzieci. Cykl spotkań ukierunkowany na budowanie poczucia wartości, wzmacnianie mocnych stron dzieci, rozwój i doskonalenie kompetencji interpersonalnych niezbędnych w przeciwstawianiu się sytuacji bezradności i wykluczeniu społecznemu;
- grupa psychoedukacyjna dla rodziców/opiekunów dzieci. Praca w grupie dla rodziców dotyczy obserwacji i pogłębieniu widzenia siebie jako rodzica, analizie postrzegania dziecka przez rodzica, trudności pojawiających się w obszarze sposobu komunikowania się z dzieckiem i sposobów ich przezwyciężania. Dzięki pracy w oparciu o sytuacje z własnego życia uczestnicy mają możliwość lepszego zrozumienia siebie w relacji z własnym dzieckiem oraz zdobycia nowych, praktycznych oraz specyficznych dla własnej sytuacji rodzinnej umiejętności rodzicielskich;
- spotkania rodziny przyczyniają się do wzrostu umiejętności rozpoznawania źródeł problemów oraz potrzeb i zasobów rodziny i wpływają na rozwinięcie u rodziców umiejętności rozumienia wpływu ich relacji na funkcjonowanie całej rodziny a zwłaszcza dzieci, poprawie ulega komunikacja między poszczególnymi członkami rodziny;
- warsztaty rodzinne dla dzieci i rodziców służą odbudowie i wzmocnieniu więzi rodzica z dzieckiem i doskonaleniu umiejętności wychowawczych rodziców. Podczas spotkań rodzice i dzieci mogą doświadczyć współpracy w sytuacji wspólnych zadań, rozwinąć umiejętności udzielania wsparcia dziecku w trudnościach i wzmacniania go oraz włączenia się w działania większej grupy. Ta forma pracy tworzy bezpieczne warunki do ćwiczenia

nowych, więc trudnych, obarczonych ryzykiem niepowodzenia umiejętności tworzenia relacji z innymi ludźmi;

- indywidualne konsultacje wychowawcze dla rodziców/opiekunów dają rodzicom możliwość przyjrzenia się swoim trudnościom dotyczącym relacji z dzieckiem lub problemom rodzinnym wpływającym na zaburzenia zachowania dzieci i prezentowane przez nie objawy. Spotkania pomagają w ustaleniu strategii postępowania w stosunku do konkretnego dziecka, w ułatwieniu rodzicom radzenia sobie z własnymi trudnościami, wskazują też na wybór bardziej trafnych sposobów reagowania;
- indywidualną pomoc psychologiczną dla dzieci i młodzieży. Ta forma pracy z dziećmi jest korzystna w sytuacji, gdy poziom zaburzenia nie pozwala im na udział w zajęciach grupowych lub w sytuacji braku możliwości udziału w grupie z innych przyczyn. Część dzieci przygotowywana była w ten sposób do wejścia do grupy, dla pozostałych była to jedyna, zasadnicza forma pomocy. Taki, nawet krótki, kontakt indywidualny dziecka z terapeutą, znacznie zwiększa szansę na efektywne korzystanie dziecka z działań grupowych;
- superwizję dla zespołu realizatorów. Prace w projekcie poddane są regularnym superwizjom.

Liczba uczestników:

132 osoby.

Osiągnięte rezultaty:

Uzyskano następujące rezultaty:

- Oddziaływania skierowane do rodziców służyły lepszemu rozpoznawaniu trudności dziecka oraz reagowaniu na nie w korygujący sposób.
- Oddziaływania wspólne dla rodziców i dzieci służyły odbudowie i wzmocnieniu więzi rodzica z dzieckiem oraz doskonaleniu umiejętności wychowawczych rodziców. Stworzyły możliwość budowania bliskiej relacji podczas wspólnych aktywności rodziców i dzieci. W rodzinach poprawiła się komunikacja i wzajemne zrozumienie między poszczególnymi jej członkami. Rodzice/opiekunowie zdobyli umiejętności zauważania potrzeb i chęci dziecka.
- Rodzice deklarowali, że nauczyli się chwalić dziecko, wykazywać się większą cierpliwością i zwracać na nie większą uwagę. Co istotne, byli w stanie podać konkretne przykłady. Proponowane, uzupełniające się działania na rzecz dzieci i rodziców były odpowiedzią na trudności występujące u dzieci pokrzywdzonych przemocą w rodzinie jak m.in.: brak zdolności do rozpoznawania emocji własnych i innych, nieadekwatne reakcje emocjonalne (zbyt silne lub brak), niska samoocena, lęki, stany apatii lub pobudzenia skutkujące zaburzeniami zachowania, problemami szkolnymi i innymi społecznymi, czasem odrzuceniem przez rówieśników.
- Proponowane kompleksowe wsparcie stworzyło możliwość przezwyciężenia problemów emocjonalnych będących skutkiem doznawanej przemocy, skorygowania oglądu traumatycznych sytuacji w rodzinie oraz zmniejszenia poziomu lęku i zaburzeń zachowania. Rodzice/opiekunowie bardzo pozytywnie wyrażali się na temat efektów udziału dziecka w grupie. Najwięcej osób wspomniało poprawę stanu emocjonalnego dziecka oraz poprawę jakości interakcji z innymi.

- U dzieci korzystających z Indywidualnej pomocy psychologicznej dla dzieci i młodzieży najwięcej rodziców zaznaczało odpowiedzi po pozytywnej stronie skali, zgadzając się tym samym ze stwierdzeniami zawierającymi założone cele zajęć. Szczególnie wiele pozytywnych wskazań uzyskały odpowiedzi na pytania o świadomość i radzenie sobie z emocjami.

Zespół:

Lidia Bartoszewska, Agnieszka Pawłowska – Fryckowska, Anna Komosińska, Anna Bartosiak, Hanna Regulska, Izabela Rokita, Izabela Włodarczyk, Joanna Markiewicz, Małgorzata Niedziałkowska oraz Katarzyna Rymarek i Jacek Budejko.

Grantodawca:

Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m. st. Warszawa

Budżet w roku 2019:

110 000 PLN.

Plany na 2020 rok:

- Kontynuacja dotychczasowych form pracy z dziećmi i rodzicami doświadczającymi przemocy w rodzinie;
- Pozyskiwanie nowych środków na kontynuowanie działań w kolejnych latach.

Nazwa programu:

Procedura Niebieskie Karty – skuteczna współpraca

Koordynatorka: **Katarzyna Przyborowska**

Założenia programu:

Głównym założeniem projektu było wzmocnienie kompetencji przedstawicieli służb i instytucji pracujących w zespołach interdyscyplinarnych ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie i grupach roboczych realizujących procedurę Niebieskie Karty w wybranych dzielnicach m. st. Warszawy, w szczególności:

- zwiększenie umiejętności specjalistów budowania strategii pracy z rodziną opartej na współpracy międzyinstytucjonalnej;
- zwiększenie świadomości zasobów (zewnętrznych i wewnętrznych) osób pracujących w zespołach interdyscyplinarnych/grupach roboczych, stanowiących podstawę do dalszego rozwoju swoich kompetencji;
- zwiększenie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych w pracy z rodzinami uwikłanymi w przemoc (agresja, manipulacja, unikanie kontaktu);
- zwiększenie umiejętności stosowania przepisów prawnych w konkretnych przypadkach rodzin objętych procedurą „Niebieskie Karty”.

Opis realizacji:

Główne działania:

1. Przeprowadzono cykl spotkań coachingowych dla Zespołów Interdyscyplinarnych ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie z trzech dzielnic: Pragi Południe, Białołęki i Ursynowa, wg schematu:
 - a. działania diagnostyczne: - rozpoznanie występujących trudności i identyfikacja potrzeb danego ZI;
 - b. działania zaradcze/naprawcze polegające na:
 - ✓ podnoszeniu poziomu świadomości uczestników co do trudności z jakimi się mierzą (autodiagnoza trudności);
 - ✓ pomocy w wypracowywaniu rozwiązań przy trudnościach formalnych i personalnych (proces grupowy);
 - ✓ doszkoleniu z zakresu ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie i delegowanych przez nią zadaniach;
 - ✓ doszkoleniu z zakresu rozmów z osobami doznającymi przemocy i stosującymi przemoc.

Coaching obejmował także analizę trudności i potrzeb zespołu i pomoc w tworzeniu dokumentów wewnętrznych zespołu.

2. Przeprowadzono 6-cio godzinny warsztat branżowy dla pracowników pomocy społecznej Pragi Południe wg schematu:

a) spotkanie diagnostyczne:

- ✓ identyfikacja potrzeb w kontekście zadań pomocy społecznej i wynikających z procedury NK;
- ✓ ponowna analiza i wypracowanie celów;

b) spotkania i działania zaradcze:

- ✓ wypracowanie sposobów działania/procedur/zadań.

Liczba uczestników:

46 osób.

Osiągnięte rezultaty:

Specjaliści działający w zespołach interdyscyplinarnych 3 dzielnic Warszawy zwiększyli swoje umiejętności z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie, a tym samym zwiększyli efektywność swoich działań na rzecz rodzin uwikłanych w przemoc.

Zespół:

Marlena Dalek i Katarzyna Przyborowska.

Grantodawca:

Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m. st. Warszawa

Budżet w roku 2019:

12 300 PLN.

Plany na 2020 rok:

Kontynuacja dotychczasowych form doradztwa.

Nazwa programu:

Procedura Niebieskie Karty – efektywna pomoc

Koordynatorka: **Katarzyna Przyborowska**

Założenia programu:

Głównym założeniem projektu było przeprowadzenie specjalistycznego doradztwa psychologiczno - prawnego adresowanego do przedstawicieli służb i instytucji działających w zespołach interdyscyplinarnych i grupach roboczych ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie w siedmiu warszawskich dzielnicach: Białołęce, Pradze Południe, Śródmieściu, Ursusie, Ursynowie, Włochach i Żoliborzu.

Głównym celem doradztwa było zwiększenie efektywności działań podejmowanych na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie, a szerzej wzmocnienie warszawskiego systemu przeciwdziałania przemocy poprzez:

- wzmocnienie kompetencji specjalistów pracujących w zespołach interdyscyplinarnych i grupach roboczych realizujących procedurę Niebieskie Karty dotyczących diagnozy i pomocy osobom doświadczającym przemocy oraz osobom stosującym przemoc;
- zwiększenie umiejętności oddziaływania interwencyjnego;
- zwiększenie umiejętności budowania kontaktu z osobami pokrzywdzonymi;
- zwiększenie umiejętności współpracy między przedstawicielami służb;
- zwiększenie umiejętności specjalistów budowania skutecznej strategii pracy z rodziną i wspólnego budowania planów pomocy;

Opis realizacji:

Główne działania:

1. Przeprowadzono grupowe doradztwo psychologiczno – prawne dla członków zespołów interdyscyplinarnych/grup roboczych z 5 dzielnic Warszawy. Dwie dzielnice, mimo deklaracji nie podjęły współpracy.

Zrealizowano kilkadziesiąt zazwyczaj 3 godzinnych spotkań doradztwa dla członków zespołów/grup roboczych we wskazanych dzielnicach Warszawy. W trakcie spotkań uczestnicy doskonalili metody współpracy. Zajmowano się m. in. identyfikacją i rozwiązaniem ewentualnych przyczyn, utrudniających czy uniemożliwiających rozwiązania, np.: osobistymi przekonaniem członków grupy na temat przemocy, ewentualną rozbieżnością celów członków grupy. Wspólnie doprecyzowywano diagnozę i tworzone strategie postępowania. W większości przypadków tworzone lub modyfikowano plany pomocy i wypracowywano wskaźniki realizacji. W ramach

konsultacji omawiano trudności z organizacją pracy grupy: podstawy prawne działania, zasady pracy, podział zadań, role poszczególnych specjalistów.

2. Przeprowadzono indywidualne doradztwo psychologiczne lub prawne dla członków zespołów interdyscyplinarnych/grup roboczych.

W ramach doradztwa indywidualnego grup roboczych specjaliści przygotowywali się do rozmowy z osobami wskazanymi w procedurze NK jako doznające przemocy lub stosujące przemoc. Następnie w wielu przypadkach specjalistki stowarzyszenia uczestniczyły w takich rozmowach, aby następnie omówić ich przebieg. W czasie indywidualnych spotkań profesjonaliści z grup roboczych opracowywali i pisali pisma do sądu, prokuratury, innych instytucji pomocnych w realizacji działań w ramach procedury NK.

3. Przygotowano i przeprowadzono seminarium "Dobre praktyki realizacji procedury NK".

W dniu 29 listopada 2019 roku w godzinach od 9.00 do 16.00 w siedzibie Fundacji Dramaway, przy ul. Chocimskiej 12 odbyło się seminarium dla uczestników doradztwa z pięciu dzielnic Warszawy podsumowujące dotychczasową pracę. Tematem przewodnim spotkania była współpraca służb w ramach realizacji procedury NK. W spotkaniu wzięli udział: pracownicy socjalni, psychologowie, policjanci oraz kuratorzy sądowi. Opracowano materiał z tego spotkania, który został umieszczony na stronie www stowarzyszenia w zakładce poświęconej doradztwu.

Liczba uczestników:

232 osoby.

Osiągnięte rezultaty:

- Specjaliści realizujący procedurę Niebieskie Karty w 5 dzielnicach Warszawy tj. na Białołęce, Śródmieściu, Pradze Południe, Ursynowie i w Ursusie wzmocnili swoje zawodowe kompetencje niezbędne w pracy grup roboczych działających na rzecz indywidualnych przypadków.
- Część grup roboczych, na rzecz których prowadziliśmy doradztwo podniosła swoją skuteczność, co przejawiało się w zatrzymaniu przemocy lub w takim „wyposażeniu” psychologicznym osób doznających przemocy, że były one w stanie przeciwstawić się ewentualnym atakom.
- Członkowie grup roboczych zwiększyli swoje umiejętności diagnostyczne w zakresie rozpoznawania różnych przejawów przemocy psychicznej oraz różnicowania przemocy od konfliktu czy innych trudności rodziny.

- Zwiększyły się też umiejętności prowadzenia interwencji w zakresie oddziaływania wobec osób stosujących przemoc, a także prowadzenia rozmów z osobami doświadczającymi przemocy.
- Uczestnicy działań doradczych poszerzyli swoje umiejętności motywowania osób krzywdzonych do pracy własnej na rzecz zmiany sytuacji i realizacji swoich praw.
- Uczestnicy zwiększyli umiejętności współpracy oraz budowania skutecznej strategii pracy z rodziną i tworzenia opartych na wskaźnikach planów pomocy.
- Zwiększyli umiejętności stosowania przepisów prawa w indywidualnych przypadkach rodzin objętych procedurą NK oraz umiejętności przygotowywania pism na rzecz klientów, ale też wspomagających prace zespołu.
- W ramach zrealizowanego seminarium dla specjalistów z grup roboczych powstał materiał dotyczący problematyki budowania współpracy międzyinstytucjonalnej i poszerzania interdyscyplinarności w obszarze przeciwdziałania przemocy.

Realizacja doradztwa dla grup roboczych we wskazanych dzielnicach Warszawy przyczyniła się do wzmocnienia systemu przeciwdziałania przemocy w rodzinie na terenie m. st. Warszawy.

Zespół:

Marlena Dalek i Katarzyna Przyborowska

Grantodawca:

Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m. st. Warszawa

Budżet w roku 2019:

63 240 PLN, w tym dotacja **60 000 PLN**.

Plany na 2020 rok:

- Kontynuacja dotychczasowych form pracy doradczej;
- Pozyskanie środków na kontynuację doradztwa na rzecz specjalistów.

Nazwa programu:

Silna rodzina

Koordynatorka: **Katarzyna Przyborowska**

Założenia programu:

Głównym założeniem projektu było wzmocnienie funkcji rodzicielskich uczestniczących w nim rodziców i opiekunów, a także ograniczenie występowania w rodzinach sytuacji stwarzających ryzyko nieprawidłowej opieki i krzywdzenia dzieci. Celem realizatorów było zwiększenie kompetencji rodzicielskich rodziców i opiekunów uczestniczących w zadaniu;

Opis realizacji:

Główne działania, które zrealizowano:

- konsultacje psychologiczne dla rodziców i opiekunów, które służyły rozpoznaniu sytuacji rodzinnej uczestników, szczególnie opiekuńczo-wychowawczej dzieci oraz pogłębionej diagnozie trudności i potrzeb, a tym samym kwalifikacji do dalszych działań;
- warsztaty edukacyjne dot. emocjonalnych i rozwojowych potrzeb dziecka, które posłużyły rozpoznaniu potrzeb dzieci uczestników oraz nauce konstruktywnej komunikacji w rodzinie, m.in. radzenia sobie z trudnymi emocjami;
- warsztaty umiejętności wychowawczych, które posłużyły nabyciu umiejętności identyfikowania potrzeb i zasobów rodziców/opiekunów oraz ich wykorzystywaniu do pokonywania kryzysów rozwojowych i innych trudności w rodzinie;
- coaching rodzinny służący rozpoznawaniu potrzeb indywidualnych członków rodziny, określeniu celów pracy i budowaniu wspólnej dla rodziny ścieżki realizacji tych celów;
- konsultacje premediacyjne będące wstępem do mediacji i służące edukacji w kwestii procesu mediacyjnego oraz określeniu obszarów mediacyjnych;
- mediacje rodzinne;
- integracyjne spotkanie rodzinne w Stowarzyszeniu umożliwiające spotkanie i wspólną zabawę rodzin uczestników moderowaną przez terapeutów.

Liczba odbiorców:

101 osób.

Osiągnięte rezultaty:

Rodzice/opiekunowie, którzy zgłosili się do zadania:

- nabyli/pogłębili wiedzę o potrzebach emocjonalnych swoich i dzieci;
- zwiększyli swoje kompetencje, wrażliwość i wiedzę na temat problemów i potrzeb rozwojowych dzieci;
- nabyli i utrwaliли pozytywne postawy wychowawcze;
- zwiększyli gotowość do wspierania dzieci i niesienia im konstruktywnej pomocy;
- wzmocnili swoje umiejętności stawiania i respektowania emocjonalnych granic;
- poprawili swoje relacje i więzi z dziećmi;
- zidentyfikowali własne zasoby;
- nabyli umiejętności wykorzystania tych zasobów;
- nauczyli się jak konstruktywnie przezwyciężać kryzysy w rodzinie;
- wzmocnili swoje umiejętności społeczne.

Zespół:

Marlena Dałek, Katarzyna Przyborowska, Dorota Sakławska, Marta Witek, Monika Winek, Urszula Podsiadło.

Grantodawca:

Zarząd Województwa Mazowieckiego (MCPS)

Budżet w roku 2019:

46 630 PLN w tym dotacja **41 580 PLN**.

Plany na 2020 rok:

- Kontynuacja dotychczasowych form pracy warsztatowej i mediacyjnej;
- Pozyskiwanie nowych środków kontynuację działań.

Nazwa programu:

Widzę – Wspieram - Towarzyszę

Koordynatorka: **Anna Bartosiak**

Założenia programu:

1. Skierowanie do rodzin oferty zajęć o charakterze informacyjno-edukacyjnym zwiększających kompetencje wychowawcze rodziców w obszarze profilaktyki zachowań ryzykownych dzieci oraz prowadzenie edukacji dotyczącej zjawiska przemocy w rodzinie, w szczególności z problemem alkoholowym, możliwości przeciwdziałania i sposobów reagowania.
2. Wsparcie wychowawczych i profilaktycznych działań rodziców poprzez zachęcanie ich do utrzymywania bliskiego kontaktu z dziećmi, jak również do tworzenia atmosfery zrozumienia i szacunku, tworzenia i wprowadzania mądrych zasad i pomysłów na spędzanie czasu wolnego; stosowania komunikacji bez przemocy; budowania w dzieciach wiary i zaufania we własne możliwości.
3. Wzmocnienie umiejętności społecznych nastolatków, kształtowanie postawy asertywnej pewności siebie, szczególnie w sytuacjach negatywnej presji grupy rówieśniczej (namawianie do picia); lepsze radzenie sobie z opinią i krytyką innych; opóźnienie inicjacji alkoholowej.

Opis realizacji:

Główne działania:

- konsultacje indywidualne - dotyczące profilaktyki uzależnień; skutecznej komunikacji z dzieckiem; umiejętności wychowawczych; specyfiki okresu dorastania; rozumienia potrzeb i uczuć dziecka; stawiania granic i wprowadzania jasnych zasad życia rodzinnego; kształtowania w dzieciach postawy asertywnej wolnej od uległości i przemocy; radzenia sobie z własną agresją.
- warsztaty dla rodziców - obejmujące następujące tematy: profilaktykę uzależnień; porozumienie bez przemocy; specyfikę okresu dorastania; rozumienie potrzeb i uczuć dziecka; stawianie granic i wprowadzania norm życia rodzinnego; budowanie w dziecku poczucia własnej wartości; wprowadzanie dobrych inicjacji w życiu dziecka; konstruktywne radzenie sobie ze stresem; pomysły na spędzanie wolnego czasu z dzieckiem.
- warsztaty dla nastolatków dotyczące profilaktyki uzależnień, definiowania siebie, własnych postaw, uczuć i wartości; kształtowania postawy asertywnej i nieulegania wpływom grupy; naukę konstruktywnych sposobów radzenia sobie ze stresem.
- warsztaty rodzinne (rodzice + dzieci) skierowane na edukację rodziców w zakresie: spędzania wolnego czasu z dzieckiem, twórczej zabawy, wprowadzania i stosowania zasad, słuchania dziecka, dawania mu możliwości i przestrzeni wypowiedzi; stosowania komunikacji bez przemocy; przełamywania stereotypów dotyczących wychowania; budowania w dzieciach wiary i zaufania we własne możliwości.

Liczba uczestników:

90 osób.

Osiągnięte rezultaty:

Uzyskano następujące rezultaty:

Uczestnicy projektu w przeważającej mierze deklarowali pozytywne zmiany na skutek udziału w projekcie. Pozytywnie odnieśli się do pytań ankietowych, w których sformułowano wskaźniki dotyczące przebiegu warsztatów oraz zdobytej wiedzy.

Rodzice byli pozytywnie nastawieni do wprowadzania we własnej rodzinie „komunikacji bez przemocy” jako warunku dobrej, bliskiej relacji z dzieckiem oraz jako składowej profilaktyki dot. przemocy i uzależnień.

Zespół:

Anna Bartosiak, Lidia Bartoszewska, Jacek Budejko, Marlena Dałek, Joanna Fajfer-Szpytko, Magdalena Krupa-Witkowska, Aleksandra Mięsiak, Agnieszka Pawłowska-Fryckowska, Hanna Regulska, Izabela Rokita, Izabela Włodarczyk, Joanna Zawacka-Waśk.

Grantodawca:

Zarząd Województwa Mazowieckiego (MCPS)

Budżet w roku 2019:

50 990,76 PLN.

Plany na 2020 rok:

Pozyskiwanie nowych środków na działania warsztatowe, które cieszyły się dużą popularnością wśród uczestników.

Nazwa programu:

Proaktywność daje moc

Koordynatorka: **Katarzyna Przyborowska**

Założenia programu:

Założeniem projektu było udzielenie kompleksowej pomocy osobom doznającym przemocy z aglomeracji warszawskiej oraz zatrzymanie przemocy i zmotywowanie uczestników do pracy nad zmianą postawy na proaktywną poprzez:

- zapewnienie uczestnikom interdyscyplinarnej pomocy;
- realizacja różnych form wsparcia psychologicznego i pomocy prawnej uwzględniających podmiotowość i potrzeby klientów.

Opis realizacji:

Prowadzono następujące działania na rzecz uczestników:

- cotygodniowe konsultacje specjalistek ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie; rozpoznawanie sytuacji zgłaszających się osób; wstępna diagnoza sytuacji przemocy; wspólnie z uczestnikiem ustalenie potrzeb i przygotowanie indywidualnego planu pomocy;
- konsultacje psychologiczne –diagnoza i analiza sytuacji psychologicznej klienta; określenie najpilniejszych potrzeb i kierunków zmiany, edukacja do lepszego rozpoznawania emocji, potrzeb i relacji z otoczeniem;
- konsultacje prawne –rozpoznanie sytuacji prawnej uczestników; edukacja w zakresie przysługujących praw i możliwości działania; opracowanie strategii postępowań sądowych; przygotowanie pism procesowych;
- psychologiczne porady diagnostyczne dla rodziców/ opiekunów-diagnoza problemów i potrzeb rodzica dotyczących zachowań i relacji z dziećmi; pomoc w radzeniu sobie z trudnościami wychowawczymi; edukacja w zakresie budowania bezpiecznej relacji z dzieckiem i sposobów ochrony dzieci przed skutkami przemocy i uzależnienia;
- realizacja 4 warsztatów psychoedukacyjnych dla osób doświadczających przemocy, także z problemem występowania w rodzinie uzależnienia od alkoholu; tematyka zajęć głównie z zakresu edukacji prawnej oraz dotyczących wpływu postawy własnej na realizację celów i zamierzeń.

Liczba odbiorców:

92 osoby.

Osiągnięte rezultaty:

1. Uczestnicy otrzymali informacje o zjawisku przemocy, jego konsekwencjach, formach i przejawach oraz o prawach i możliwościach uzyskania specjalistycznej pomocy dla osób doświadczających przemocy domowej na terenie Mazowsza.
2. Uczestnicy zdobyli wiedzę, jak można przezwyciężyć sytuację przemocową i inne związane z nią kryzysy.

3. Uczestnicy rozpoczęli działania w kierunku zmiany postawy z reaktywnej na proaktywną w obszarze psychologicznym, prawnym i społecznym.
4. Odbiorcy zadania wzmocnili swoje umiejętności życiowe i społeczne, w tym także kompetencje rodzicielskie.
5. Realizatorzy wzmocnili współpracę z innymi specjalistami i instytucjami oraz organizacjami działającymi w obszarze przeciwdziałania przemocy na Mazowszu, co przyczyniło się do poszerzenia płaszczyzny dla działania przeciw przemocy, m.in. w ramach realizacji procedury Niebieskie Karty.
6. Oferta działań Stowarzyszenia OPTA dotarła do służb, instytucji i organizacji działających w obszarze przeciwdziałania przemocy w okołowarszawskich miejscowościach, w tym głównie do gminnych zespołów interdyscyplinarnych, ośrodków pomocy społecznej oraz policji.

Zespół:

Katarzyna Bartosiak, Marlena Dałek, Grażyna Kobiątka, Katarzyna Przyborowska, Beata Szymańska, Joanna Zawacka.

Grantodawca:

Zarząd Województwa Mazowieckiego (MCPS)

Budżet w roku 2019:

55 900 PLN w tym dotacja **44 650 PLN**.

Plany na 2020 rok:

- Kontynuacja dotychczasowych form pracy interdyscyplinarnej;
- Pozyskiwanie nowych środków kontynuację działań.

Nazwa programu:

W bezpiecznej rodzinie siła

Koordynatorka: **Katarzyna Przyborowska**

Założenia programu:

Głównym celem realizatorów było ograniczenie negatywnego wpływu przemocy i uzależnienia na funkcjonowanie rodzin oraz wyeliminowanie występowania w rodzinach sytuacji stwarzających ryzyko nieprawidłowej opieki i krzywdzenia dzieci oraz wzmocnienie śródmiejskiego systemu pomocy dla osób pokrzywdzonych przemocą w rodzinie.

Opis realizacji:

Prowadzono następujące działania na rzecz uczestników:

- Konsultacje wstępne – diagnostyczne, w trakcie rozpoznawano sytuację w danej rodzinie pod kątem występowania przemocy oraz innych dysfunkcji, w tym uzależnienia. Konsultacje posłużyły głównie adekwatnej kwalifikacji do warsztatów rodzicielskich;
- Interwencje kryzysowe były pomocne we wdrożeniu doraźnych rozwiązań związanych z bieżącym kryzysem. Podczas kilku spotkań prowadząca pomagała w zbudowaniu planu działania służącego np. złagodzeniu sytuacji;
- Warsztaty rodzicielskie – zrealizowano 2 edycje warsztatów rodzicielskich dla osób doświadczających kryzysu związanego z rozstaniem/rozwozem lub jego perspektywą. W ramach warsztatów uczestnicy doskonalili swoje umiejętności psychospołeczne, w tym głównie wychowawcze. Podczas zajęć omawiano:
 - etapy rozwoju rodziny i kryzysy z nimi związane;
 - trudności emocjonalne rodziców w kontaktach z dziećmi;
 - trudne/traumatyczne sytuacje w życiu dziecka;
 - dziecięce lęki;
 - znaczenia granic w wychowaniu dzieci;
 - przemoc w relacjach rodzinnych, a także inne, dostosowane do wnoszonych przez rodziców sprawy i problemy.

Liczba odbiorców:

46 osób.

Osiągnięte rezultaty:

Dzięki udziałowi w działaniach w ramach zadania uczestnicy:

- a. nabyli lub pogłębili wiedzę o zjawisku przemocy i jej wpływie na funkcjonowanie oraz relacje społeczne, głównie rodzinne;
- b. nabyli umiejętność rozpoznawania sytuacji zagrażających oraz wiedzę o sposobach radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia przemocą i innymi nadużyciami;
- c. zwiększyli swoje kompetencje wychowawcze;
- d. zwiększyli poczucie własnej wartości i sprawczość.

W rezultacie realizacji zadania uległ wzmocnieniu śródmiejski system pomocy dla rodzin oraz poszerzyła się w dzielnicy oferta wsparcia rodzinnego. Wzrosła skuteczność pomocy dla rodzin dysfunkcyjnych w Śródmieściu, poszerzyła się współpraca instytucjonalna, zwiększyła się płaszczyzna wymiany informacji i doświadczeń między służbami.

Zespół:

Katarzyna Przyborowska, Iza Rokita, Dorota Sakławska.

Grantodawca:

Urząd Dzielnicy Śródmieście m. st. Warszawa

Budżet w roku 2019:

44 240 PLN w tym dotacja **40 000 PLN**.

Plany na 2020 rok:

- Kontynuacja dotychczasowych form pracy na rzecz śródmiejskich rodzin;
- Pozyskiwanie nowych środków na kontynuację działań.

Nazwa programu:

Kontynuacja kampanii społecznej "Przemoc zaraża II - możesz to zmienić" – (II rok realizacji)

Koordynatorzy: **Katarzyna Turant, Bohdan Korzeniowski**

Cele i założenia pozostały bez zmian:

- zwiększenie wiedzy i świadomości (mieszkańców Warszawy) o zjawisku przemocy w rodzinie, jej rodzajach, przejawach, psychologicznych skutkach;
- obalenie niektórych stereotypów dotyczących występowania tego zjawiska;
- zwiększenie umiejętności identyfikacji form i przejawów przemocy w rodzinie;
- poprawa funkcjonowania osób doznających i zagrożonych przemocą;
- ograniczenie/zaniechanie stosowania przemocy we własnej rodzinie, dzięki zwiększeniu motywacji i umiejętności osób jej doznających do przerywania przemocy;
- promowanie postaw społecznych wspierających osoby doznające przemocy w rodzinie.
- możliwościach i miejscach uzyskania pomocy.

Gdzie i jak przeprowadzono kampanię – wybrane sposoby jej realizacji w 2019 roku:

- kontynuowana prowadzenie zakładki (podstrony) na WWW Stowarzyszenia OPTA;
- dalej propagowano kampanię poprzez upowszechnianie jej w Internecie oraz mediach społecznościowych, przede wszystkim za pomocą postów i spotów filmowych;
- na potrzeby dedykowanej kampanii Fanpage zredagowano blisko pięćdziesiąt nowych postów;
- uzupełniano konto YouTube, m.in. przygotowano spot filmowy – połączenie w całość wcześniejszych trzech wersji;
- zmontowano zwiastuny filmowe zachęcające do wejść na Fanpage i kanał YouTube;
- kampanię propagowano za pomocą także innych działań, np. w miejskiej komunikacji i w kinach plenerowych;
- kontynuowano cykliczne otwarte spotkania z publicznością (tzw. Wydarzenia), których w tym roku było trzy.

Szacunkowe liczby odbiorców w 2019 roku:

- ok. 20.000 osób wyświetliło spoty filmowe na YouTube;
- ok. 31 000 odbiorców miały spoty filmowe na FB;
- ok. 1 000 osób „polubiło fanpage” i stale śledziło kampanię;
- ok. 70 000 osób poznało treść jednego i więcej posta.
- ok. 1 000 osób poznało kampanię poprzez wejście na zakładkę na WWW.

Osiągnięte rezultaty:

Dzięki przeprowadzonej kampanii, przede wszystkim wśród mieszkańców Warszawy:

- zmniejszono mity i stereotypy na temat przemocy domowej;
- zwiększono wiedzę o przemoc domowej, w tym na temat jej przyczyn, przejawów i symptomów;

- uświadomiono, że przemoc psychiczną wobec najbliższego otoczenia można i należy traktować w kategoriach przemocy domowej;
- zwiększono umiejętność rozpoznawania i kategoryzowania rodzajów przemocy psychicznej;
- poszerzono dostęp do informacji na temat przejawów, form i skutków przemocy domowej, w tym przemocy psychicznej;
- rozpropagowano oferty miejsc pomocowych działających na terenie Warszawy.

Rezultaty projektu:

- przygotowano i upowszechniono 48 postów merytorycznych i/lub informacyjnych;
 - a) merytorycznych, tj. propagujących wiedzę o przemocy psychicznej, niektórych jej rodzajach takich jak szantaż emocjonalny, groźby, ciągła krytyka, sarkazm, protekcjonalizm i ośmieszanie;
 - b) informacyjnych, tj. zachęcających do udziału w Wydarzeniach lub omawiających działania podjęte na rzecz upowszechnienia kampanii i treści z nią związanych. Posty informacyjne komentowały także bieżące działania podjęte w ramach kampanii, ponadto omawiały inne wydarzenia tematycznie powiązane z przemocą domową (np. informacja o 16 Dniach Przeciw Przemocy ze względu na płęć);
- zorganizowano i poprowadzono trzy Wydarzenia z udziałem publiczności (odbiorców bezpośrednich kampanii) czyli otwarte spotkania, na których specjaliści Stowarzyszenia OPTA naświetlali problematykę przemocy domowej w aspekcie psychologicznym, poszerzali wiedzę i świadomość o rodzajach przemocy psychicznej, sposobie jej identyfikowania i przeciwdziałania. Do udziału w Wydarzeniu zachęcały posty umieszczane na FB i www;
- prowadzono podstronę kampanii na WWW Stowarzyszenia OPTA, która zawierała materiały o możliwościach uzyskania pomocy na terenie Warszawy oraz zakładkę z postami oraz artykułami, których treść zwiększała świadomość o zjawisku przemocy domowej, jej rodzajach, w tym: szantażu, groźby, ciągłej krytyki, sarkazmu, protekcjonalizmu i ośmieszania;
- przygotowano dwanaście artykułów na podstronie dedykowanej kampanii: krótkie teksty związane z problematyką przemocy domowej w kontekście jej aspektów psychologicznych;
- przygotowano zakładkę z ofertą miejsc pomocowych dla ofiar przemocy domowej na terenie Warszawy;
- prowadzono fanpage na FB, platformę komunikacji z odbiorcami kampanii, gdzie umieszczano posty, informacje, spoty filmowe; - administrowano kanał YouTube (YT) do umieszczania wyprodukowanych na potrzeby kampanii spotów filmowych;
- zmontowano dwa zwiastuny kampanii zachęcające do obejrzenia spotów filmowych na FB lub YT; pierwszy był emitowany na telebimach w autobusach i tramwajach komunikacji miejskiej w Warszawie, drugi wyświetlano w kinach plenerowych;
- zredagowano raport ewaluacyjny kampanii za rok 2019, w którym zawarto m.in. poziom oglądalności, statystki wejść i zainteresowania podjętymi działaniami oraz

charakterystyki odbiorców FB/YT/WWW.

Zespół:

Marlena Dałek, Bohdan Korzeniowski, Katarzyna Przyborowska, Katarzyna Turant, Monika Winek.

Grantodawca:

Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m. st. Warszawa

Budżet w roku 2019:

24 810 PLN

Plany na 2020 rok:

Pozyskiwanie nowych środków na kolejne kampanie społeczne Stowarzyszenia OPTA

OD 2019 ROKU STOWARZYSZENIE OPTA JEST OPP!

Pod koniec 2019 Stowarzyszenie OPTA uzyskało statut Organizacji Pożytku Publicznego (OPP).

Stworzyliśmy materiały promocyjne dotyczące przekazywania nam 1% podatku z rozliczenia PIT za 2019 rok.

Akcja promocyjna była prowadzona w naszej siedzibie, na stronie www i na Funpag'u Stowarzyszenia OPTA. Wysłaliśmy też maile do naszych klientów, którzy wyrazili na to zgodę.



W realizację każdego projektu realizowanego w ramach nieodpłatnej działalności statutowej Stowarzyszenie OPTA zaangażowani byli wolontariusze. Ich działania przyczyniły się w znacznym stopniu do rozpropagowania działalności organizacji i podwyższenia skuteczności naszych działań.

Wszystkim wolontariuszom bardzo dziękujemy za ten rok!!!

DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZA Stowarzyszenia OPTA

Nazwa programu:

Gabinet OPTA+ i Ośrodek Mediacji Stowarzyszenia OPTA

Koordynatorzy: **Zarząd Stowarzyszenia OPTA**

Gabinet OPTA+ ma w ofercie:

- psychoterapię indywidualną dla dorosłych,
- terapię rodzinną,
- terapię małżeńską/par,
- terapię dzieci i młodzieży,
- pomoc prawną.

Zespół:

Maciej Chodorek, Krzysztof Górski, Anna Komosińska, Jakub Kryński, Małgorzata Niedziałkowska, Agnieszka Pawłowska-Fryckowska, Agnieszka Laus-Rzepecka, Izabela Włodarczyk, Joanna Zawadzka-Waśk.

Ośrodek Mediacji Stowarzyszenia OPTA ma w ofercie mediacje w sprawach rodzinnych, m.in.:

- budowania rodzicielskiego planu opiekuńczo-wychowawczego,
- alimentów,
- zakresu i form sprawowania władzy rodzicielskiej,
- ustalania kontaktów z dzieckiem,
- separacji,
- rozvodu/rozstania.

Zespół:

Marlena Dałek, Katarzyna Przyborowska, Dorota Sakławska, Marta Witek, Izabela Rokita

Budżet w roku 2019:

188 000 PLN.

Plany na 2020 rok:

Gabinet OPTA+ działał od 1 stycznia do 31 sierpnia 2019 roku i z tą datą zakończył działalność.

Planowany jest dalszy rozwój Ośrodka Mediacyjnego Stowarzyszenia OPTA.

Opracowanie: koordynatorki i Zarząd Stowarzyszenia OPTA
Warszawa, maj 2020 rok