

Katarzyna Fenik-Gaberle¹, Renata Kałucka², Sebastian Lizińczyk³

**„UWOLNIJ SIĘ” — GRUPA WSPARCIA
DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE**

**PREZENTACJA I EWALUACJA
PROGRAMU REALIZOWANEGO W WARUNKACH
IZOLACJI WIĘZIENNEJ**

Streszczenie

Jak pokazują statystyki Służby Więziennej, liczba osadzonych w polskich więzieniach to ponad ok. 70 tys. osób. Wśród tej liczby mniej niż 5 proc. to skazane kobiety. Wiele kobiet, zanim dokonało czynów karalnych, doświadczało przemocy (było jej ofiarami). Dla wielu z nich dokonane przestępstwa były formą skrajnie niekonstruktywnej strategii radzenia sobie z długotrwałe doświadczanym stresem. Artykuł podejmuje analizę strategii pracy z takimi osobami, tj. ze skazanymi kobietami doznającymi przemocy domowej jeszcze przed popełnieniem przestępstwa i odbywaniem kary pozbawienia wolności. Analiza polskiej literatury przedmiotu ujawnia, iż choć w Polsce przeprowadzono wiele badań i analiz dotyczących zjawiska przemocy, to znalezienie wytycznych, rekomendacji czy konkretnych scenariuszy zajęć grupowych dla osób doświadczających przemocy jest niezwykle trudne. Autorzy artykułu opracowali program pomocy osadzonym „Uwolnij się”, składający się z rozbudowanej części diagnostycznej (służącej zbadaniu okoliczności związanych z sytuacją doświadczania przemocy) oraz właściwego programu wsparcia grupowego. Jego podstawowym ce-

¹Katarzyna Fenik-Gaberle — pedagog, psychoterapeuta, certyfikowany specjalista i supervisor ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie IPZ PTP. Adres e-mail: fenikkatarzyna@yahoo.com.

²Renata Kałucka — psycholog, psychoterapeutka pracująca z osobami dorosłymi i dziećmi. Prowadzi Gabinet Psychoterapii. Supervisor w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Adres e-mail: renata.kalucka@gmail.com.

³Dr Sebastian Lizińczyk pracuje w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Katowicach oraz w Centralnym Zarządzie Służby Więziennej. Adres e-mail: sebastian.lizinczyk@sw.gov.pl.

lem jest edukacja w zakresie autodiagnozy i rozpoznawania przemocy, jak również nauka konstruktywnych sposobów radzenia sobie i szukania pomocy. Prezentowany w niniejszym opracowaniu program został poddany także ewaluacji za pomocą opracowanych narzędzi badawczych. Przeprowadzona analiza statystyczna wykazała pozytywny wpływ zajęć na realistyczne rozumienie zjawiska przemocy oraz identyfikację strategii zaradczych wśród jego uczestniczek. Przemawiają za tym prezentowane poniżej wyniki. Pozytywne oceny uczestniczek dopełniają tego obrazu i potwierdzają, iż program w ocenie absolwentów oceniony został jako przydatny. Otrzymane wnioski wskazują, iż sam moment odbywania kary pozbawienia wolności może być wystarczającą okolicznością do zmotywowania uczestniczek (ofiary przemocy) do zapoczątkowania zmian w sposobie myślenia o sobie samych i swojej przyszłości. Uzyskane wyniki przemawiają za szeroką realizacją takich działań, a sama interwencja niekoniecznie musi być prowadzona tylko w zakładach karnych. Uzyskane wyniki są tym bardziej optymistyczne, że nie mamy tu do czynienia z terapią, lecz z interwencją dużo prostszą i oszczędniejszą, której szeroka implementacja w różnych miejscach wydaje się możliwa bez szczególnych trudności.

Słowa kluczowe: przemoc, ofiary przemocy, praca ze zjawiskiem przemocy w izolacji penitencjarnej

**“Free Yourself”—support group for victims of domestic violence:
Presentation and evaluation of the program implemented in prison setting
Abstract**

According to the Prison Service’s statistics there are approximately 70 thousand individuals detained in Polish prisons, including 5% of female convicts. However, before committing the criminal offence, a number of detained women had been confronted with violence issues (victim role). For many, the offence came as a form of extremely unconstructive strategy of dealing with prolonged stress. The paper attempts at analyzing possible strategies of working with such individuals, i.e. female convicts who had suffered domestic violence before they became criminal offenders and were sentenced to imprisonment. The analysis of Polish writings reveals that although a bulk of research and analyses on violence has been conducted in Poland, it is still very hard to find guidelines, recommendations and specific group session scenarios addressing the needs of those violence victims. As a form of assistance to detainees, the authors have developed the “Free Yourself” program, comprised of a comprehensive diagnostic component (to study the circumstances where violence was experienced) and the group support component. The overarching aim of the program is to educate prisoners in self-diagnosis and in recognizing violence patterns, to teach them constructive ways of addressing the issue and to show them where to look for help. The paper presents the program which was also assessed with dedicated research tools. The statistical analysis confirmed the positive influence of group sessions on participants’ more realistic understanding of violence and their ability to identify remedial strategies. Results discussed below highlight this tendency, while positive feedback from participants complete the picture and confirm that program graduates felt that it was a useful experience. Our results show that imprisonment period itself may be sufficient to encourage participants (victims of violence) to work towards changes in their way of thinking about themselves and their future. These results prove that such programs should be more widespread and that intervention does not have to take place in prison setting. They are even more optimistic as they do not concern the

therapy but some easier and more economical measures which can be easily implemented on a wider scale and in various settings.

Keywords: violence, victims of violence, work on past violent experiences in penitentiary isolation

Wprowadzenie

Kobiety, które odbywają karę pozbawienia wolności, ponoszą różnorodne konsekwencje łamania przepisów prawa. Jedną z nich jest to, że postrzegane są zarówno przez społeczeństwo, jak i funkcjonariuszy Służby Więziennej jako sprawczynie, osoby zdemoralizowane, łamiące ogólnie obowiązujące zasady społeczne i prawne. Można postawić pytanie — co spowodowało, że kobiety te znalazły się na takiej, a nie innej ścieżce życia? Popełnianie czynów karalnych jest częstym przejawem złożonego procesu niedostosowania społecznego, który może być następstwem m.in. przekazywania nieprawidłowych wzorców wychowawczych.

Według Wiesława Szczęsnego (2003) jedną z sytuacji sprzyjających zagrożeniu dla normalnego i prawidłowego rozwoju dziecka jest m.in. przemoc w rodzinie. Świat wewnętrznych przeżyć dzieci ofiar przemocy to świat upokorzenia i braku szacunku doznawanego od osób najbliższych. W wielu z nich rodzi się gniew, złość, nienawiść do rodziców, ale także lęk i strach. Nieuchronnie pojawia się wiele różnych strategii radzenia sobie z przeżywaniem trudnych emocji. Doświadczenie przemocy domowej często uczy stosowania tych nieprawidłowych sposobów radzenia — wyrażania emocji poprzez krzyk, bicia, nękania psychicznego, obrażania, deprecjonowania, bagatelizowania itd. Z czasem w połączeniu z ciągle trwającym, stale odczuwanym cierpieniem wewnętrznym powodowanym trwaniem przemocy dziecko zaczyna przejawiać różne zachowania, w tym także te o charakterze niedostosowania społecznego. Wydaje się to odzwierciedleniem nieprzystosowanej strategii obronnej ofiar przemocy, o której pisze Irena Pospiszyl (2003). Autorka nazywa tę strategię „identyfikacją ze sprawcą pokrzywdzenia — syndrom ofiary” i charakteryzuje, że ofiara przemocy może być zafascynowana sprawcą i zidentyfikowana z jego światem wartości. Według autorki „jest to mechanizm obronny wykorzystywany powszechnie przez osoby poszkodowane w relacjach inter-

personalnych i tkwiące przez dłuższy czas w tego typu sytuacji pokrzywdzenia”.

Celem niniejszej pracy jest zaprezentowanie autorskiego programu oraz jego ewaluacji, który od 2015 r. jest realizowany w różnych placówkach penitencjarnych na terenie Polski przez pracowników Służby Więziennej — psychologów i wychowawców. Został on opracowany i przygotowany przez autorów jako odpowiedź na zapotrzebowanie Służby Więziennej dotyczące stworzenia oferty pomocy grupowej oferowanej przez personel penitencjarny dla kobiet odbywających karę pozbawienia wolności, które mają doświadczenia przemocy w rodzinie. Należy zauważyć, że przemoc domowa jako problem społeczny dotyczy nie tylko ofiar omawianych w tym opracowaniu, ale także sprawców, do których również należy kierować oddziaływania pomocowe — programy korekcyjno-edukacyjne, co jednakże nie stanowi tematu niniejszej pracy.

Podczas realizacji programu oferowano uczestniczkom szeroko rozumianą pomoc psychologiczną, ukierunkowaną na rozpoznawanie przemocy, właściwą jej ocenę oraz naukę radzenia sobie z doświadczanymi zachowaniami o charakterze przemocy. Udział w programie miał pogłębić wiedzę, zmienić obraz siebie, a w konsekwencji wpłynąć na efektywniejsze radzenie sobie z potencjalnymi tego typu zachowaniami w przyszłości. Realizatorzy programu — pracownicy Służby Więziennej — odbyli szkolenie oraz superwizje, prowadzone przez autorów, mające na celu zapoznanie się z założeniami programu i przygotowanie do praktycznej realizacji w poszczególnych placówkach penitencjarnych.

Etap I programu — psychologiczna praca indywidualna z kobietami, ofiarami przemocy w rodzinie, odbywającymi karę pozbawienia wolności

Pierwszy element programu — rozmowa psychologiczna prowadzona w trybie indywidualnym — składała się z dwóch części:

- część pierwsza — diagnostyczna, polegająca na wywiadzie pogłębionym dotyczącym historii życia uczestniczek pod kątem doświadczania przemocy,
- część druga — służąca uświadomieniu schematów poznawczych będących punktem wyjścia do 10 spotkań pracy grupowej.

1) Pogłębiony wywiad psychologiczny dotyczył zebrania informacji na temat doświadczeń przemocy osadzonej w relacji partnerskiej i w rodzinie pochodzenia z okresu dzieciństwa. Miał on charakter zbliżony do metody wywiadu psychologicznego swobodnego niestrukturalizowanego, w którym kolejność pytań nie jest z góry wyznaczona, a podstawową formą są pytania otwarte oraz możliwość ich głębszego eksplorowania poprzez rozmowę (Stemplewska-Żakowicz, Krejtz 2005). Celem tego wywiadu było nie tylko upewnienie się, że uczestniczka była/ jest ofiarą przemocy, ale także uświadomienie jej, co nazywamy zachowaniem o charakterze przemocy oraz identyfikacja pojawiających się w związku z tym przeżyć emocjonalnych, co jest niezbędnym elementem diagnostyki tego obszaru (Stemplewska-Żakowicz, Krejtz 2005).

2) Praca nad schematami poznawczymi jako konsekwencjami przeżytej przemocy miała na celu nie tylko ich poznanie, ale także zredukowanie lęku, poczucia winy, wstydu, złagodzenie oporu, który z zasady pojawia się przed ujawnianiem takich przeżyć (Jabłońska 2005). Celem tej części pracy było także zebranie informacji potrzebnych do prowadzenia dalszych działań pomocowych (Kiemblowski 2005), a w przedstawianym programie — działań o charakterze grupowym.

Wieloletnie doświadczenie zawodowe autorów programu i wiedza z zakresu wiktymologii wskazują na dużą podatność osób — ofiar przemocy w dzieciństwie, polegającą na często nieuświadomionej tendencji do odtwarzania związków intymnych o charakterze przemocy. O wpływie patologicznego środowiska w tym okresie pisze także Herman (1998), zwracając uwagę na problemy osoby, która doświadczyła przemocy w dzieciństwie, polegające m.in. na braku umiejętności ochrony siebie w relacjach z ludźmi. Analiza wypowiedzi osób prowadzących program podczas pracy superwizyjnej pozwoliła m.in. na zaobserwowanie zaznaczającej się ww. zależności, iż związki partnerskie oparte na przemocy, są często konsekwencją urazów psychicznych spowodowanych właśnie przemocą w dzieciństwie. Rozumienie wpływu przemocy na osobiste decyzje ofiar ma duże znaczenie dla efektywności pracy z tymi osobami.

Nauka poznawczej oceny przemocy i zmiana jej na akceptowaną formę relacji, jak pisze Herzberger (2002), jest możliwa w czasie pracy klienta/pacjenta z psychologiem. Doświadczenie przemocy jest też możliwym do rozpoznania źródłem utraty poczucia bezpieczeństwa i powstania niskiej samooceny, a analiza tych faktów umożliwia powrót do adekwatnego rozpoznawania siebie i oceny swoich możliwości z perspektywy przeszło-

ści, terażniejszości i przyszłości. Rozpoznanie negatywnego wpływu relacji ze sprawcą pozwala osobie skrzywdzonej uruchomić adekwatną ocenę własnych możliwości i potrzeb. Najczęściej ofiara postrzega relację ze sprawcą jako tę, w której to ona ponosi winę i odpowiedzialność za jego samopoczucie⁴. Identyfikacja ww. konsekwencji stwarza możliwość budowania realnego i adekwatnego obrazu siebie na podstawie postrzegania siebie, badania swoich odczuć, myśli, kreowania siebie, jak również pozwala na planowanie potrzebnych zmian dla poprawy własnego funkcjonowania.

Choć wiedza ofiar na temat przemocy sprzyja ich rozwojowi osobistemu, to paradoksalnie początkowo może obniżyć ich samoocenę, gdyż staje się ona swoistą konfrontacją ze stratami i odczuciem stygmatyzacji w roli ofiary. Należy pamiętać, że pierwszy etap konfrontacji z faktami dotyczącymi trwania w relacji przemocy i trudności w radzeniu sobie z tą sytuacją wymaga często dodatkowego wsparcia psychologicznego. Profesjonalna pomoc powinna stwarzać warunki do bezpiecznego powrotu do wspomnień i przepracowania doświadczeń — nadania im adekwatnego znaczenia i nazwania niezaspokojonych potrzeb z tamtego okresu.

Część diagnostyczna pracy w programie polega na obszernym wywiadzie z ofiarą przemocy i oprócz samego celu diagnostycznego, tj. zebrania informacji na temat doświadczeń przemocy w rodzinie, także wprowadza do pierwszej fazy programu — pracy nad rozpoznaniem konsekwencji przemocy. Realizowane spotkania indywidualne ukierunkowane były na rozpoznanie przez ofiarę konsekwencji doświadczanej przemocy, po to by wspierać procesy separacyjne — oddzielania się od silnej zależności od sprawcy i wydarzeń przemocy oraz po to by stworzyć (choćby podstawową) możliwość analizy osobistych doświadczeń urazowych w bezpiecznych warunkach w kontakcie z osobą pomagającą. Praktyka autorów niniejszego opracowania wskazuje, iż wiele ofiar przemocy w opisie kolejnych etapów swojego dorastania ujawnia właśnie brak wyraźnej separacji od rodziny generacyjnej. Tendencja ta znajduje często odzwierciedlenie w historii życia ofiar, które stając się dorosłymi, na skutek potrzeby zmiany relacji na tę bez istnienia przemocy wcześniej opuszczają dom rodzinny. W takiej sytuacji pozostawienie rodziny pochodzenia bywa przeważnie

⁴ W pracy przyjęto założenie, iż z reguły w roli osoby doświadczającej przemocy (ofiary) jest kobieta, a sprawcą bywa najczęściej mężczyzna, choć znane są przypadki, gdy jest na odwrót.

skutkiem nieprawidłowej więzi z rodzicami i usilną próbą zmiany swojej sytuacji życiowej, a nie wynikiem potrzeby rozwojowej młodego człowieka. Doświadczenie obserwowania relacji rodziców, w której przemoc była głównym aspektem związku, kształtuje u dzieci przekonania na temat ról w rodzinie. Konsekwencją takich obserwacji relacji między rodzicami oraz związanych z tym trudnych przeżyć dziecka jest właśnie szybkie angażowanie się w relację z partnerem, głównie z chęci stworzenia jakiegokolwiek innej relacji niż ta znana z domu rodzinnego.

Brak prawidłowego wzorca relacji uwzględniającego prawa i potrzeby obydwójga partnerów w związku często związany jest z brakiem świadomości, wiedzy i umiejętności zorientowania się, że także nowej relacji towarzyszy przemoc. Przeniesione z dzieciństwa zniekształcenia w sposobie myślenia ofiary (Herman 1998) — m.in. negatywne myśli na temat siebie, swoich umiejętności — są transferowane na płaszczyznę nowego związku. Pojawiające się w początkowej fazie takiego związku nieliczne próby reagowania na krzywdzące zachowania partnera paradoksalnie zwiększają kontrolę sprawcy, a to powoduje kolejne zniekształcenia myślowe dotyczące obrazu siebie i wpływa na tworzenie stylu funkcjonowania życia rodzinnego — wzorowanego na rodzinie pochodzenia. W ten sposób budowane są kolejne destrukcyjne schematy poznawcze ofiary, które przeważnie koncentrują się na poczuciu winy za niewłaściwe myśli, odczucia i błędy w pełnieniu roli partnerki.

Wiedza na temat traumy wskazuje, że oceny następstw doświadczeń urazu psychicznego można dokonać m.in. właśnie podczas wywiadu, poprzez uważną obserwację specjalisty (Briere, Scott 2010). W przebiegu omawianego programu psycholodzy badali z osadzoną obszarą, w których rozpoznawali zmiany powstałe na skutek przemocy, tj. rozmiar doświadczonej przemocy fizycznej, psychicznej, seksualnej, zaniedbania, rozmawiając o zachowaniach sprawcy i rozległości przemocy w czasie, w jakim trwała. Podczas tej pracy istotne było, by uwzględniać także te trudne (a nawet drastyczne) wydarzenia z okresu dzieciństwa (np. dot. zagrożenia zdrowia i życia) oraz rozległość tych doświadczeń w perspektywie czasu (jak długo trwała sytuacja zagrażająca bezpośrednio życiu i zdrowiu dziecka) w aspektach niżej wymienionych sfer (Morrison 2016):

- diagnoza konsekwencji dotyczących sfery poznawczej daje ofierze możliwość eksplorowania m.in. posiadanych przekonań i zniekształceń myślowych na temat siebie i ról w rodzinie, wydarzeń przemocy, przyszłości, ale także zmian powstałych na skutek przemocy, ta-

kich jak koncentracja uwagi, pamięć, stabilność, szybkość reagowania stresem;

- diagnoza konsekwencji w sferze emocjonalnej nawiązuje do oceny nastroju (zaburzenia nastroju wynikające z braku równowagi psychicznej), siły natężenia emocji, emocji skrajnie unikanych, oceny stabilności emocjonalnej, poziomu możliwości samoregulacji emocji oraz zauważonych objawów traumy (np. szczególnie pobudzenie, podwyższona wrażliwość);
- w sferze społecznej należy się koncentrować na opisie kontaktów społecznych, zmian w tym zakresie, nierealizowanych potrzeb, np. potrzeby akceptacji, przynależności oraz doświadczeń izolacji od wsparcia społecznego;
- rozpoznanie konsekwencji dotyczy także sfery psychoseksualnej jako obszaru trudności w nawiązaniu intymnych relacji, braku odczucia bezpieczeństwa w kontaktach intymnych, pojawiania się zaburzeń seksualnych.

Objęci taką formą pomocy mają większe szanse na zrozumienie wpływu doświadczeń przemocy na swoje wyobrażenie własnych możliwościach i odnalezienie adekwatnych sposobów rozumienia siebie. Właściwie zrealizowany ww. etap pracy indywidualnej powinien być także ukierunkowany na przygotowanie uczestniczek do pracy grupowej.

Etap II — grupa wsparcia dla kobiet ofiar przemocy domowej odbywających karę pozbawienia wolności

Przemoc, niezależnie od tego, czy będąca doświadczeniem dziecięcym, czy z okresu dorosłego życia, ma miejsce w relacji z drugim człowiekiem. W związku z tym badanie jej wpływu i konsekwencji dla obecnego życia powinno odbywać się w relacjach z innymi osobami. Grupa jest bardzo pomocnym narzędziem oddziaływania korekcyjnego dla ofiar przemocy także z tego powodu, że rozwój człowieka na każdym etapie życia przebiega poprzez budowanie różnych relacji grupowych. Najpierw jest nią rodzina generacyjna, a potem rodzina prokreacyjna. Jerzy Pawlik (2008), psychoterapeuta grupowy, pisze: „Jeśli grupa ma zasadnicze znaczenie dla psychospołecznego rozwoju jednostki, to również badanie i leczenie różnych form zaburzeń tego rodzaju powinno odbywać się w grupie, poprzez grupę i przy udziale grupy”. Oddziaływania gru-

powe dostarczają uczestniczkom możliwości zmiany terapeutycznej, która pomaga im uświadomić sobie i zrozumieć swoją sytuację, co staje się pierwszym krokiem do wychodzenia z relacji opartej na przemocy. Według Irvina Yaloma i współpracowników (Yalom, Leszcz 2006) zmiana terapeutyczna jest procesem złożonym, dokonującym się poprzez wzajemne oddziaływania ludzkich doświadczeń, nazywanych przez niego czynnikami terapeutycznymi. Grupa jest bezpiecznym środowiskiem, w którym uczestniczki mają możliwość rozpoznawania swojego indywidualnego wzoru budowania i funkcjonowania w relacjach społecznych oraz jego korygowania. Zrealizowanie tego założenia odbywa się poprzez realizację celów, które określone zostały w oparciu o literaturę przedmiotu (Bernard, Mackenzie 2000), a uszczegółowione na podstawie doświadczeń prowadzenia grup wsparcia dla ofiar przemocy przez autorów opracowania.

Hamby, Finkelhor i Turner (2015) wskazują, iż skuteczność interwencji zorientowanych na przeciwdziałanie przemocy domowej zależy od kilku czynników. Są to:

- 1) doświadczanie aktualnego stresu (zachowanie sprawcy, poziomu jego agresji czy nadużywanie alkoholu przez sprawcę i/lub ofiarę);
- 2) funkcjonowanie psychologiczne (depresja, lęk, poczucie szczęścia u ofiary);
- 3) postrzeganie siebie (samoocena, poczucie skuteczności, zasobów, wewnętrzne umiejscowienie poczucia kontroli);
- 4) funkcjonowanie społeczne (poczucie otwartości na kontakty zewnętrzne, poczucie samotności czy nastawienie na współpracę);
- 5) relacje rodzinne (zwłaszcza w relacji matka — dziecko, otwartość emocjonalna, jakość relacji rodzinnych);
- 6) czynniki dodatkowe (częstotliwość ataków przemocy, powroty do partnera).

Można zatem zauważyć, iż diagnoza i analiza powyższych obszarów w funkcjonowaniu pacjentki mają istotne znaczenie dla dalszej pracy pomocowej. Specyfika opisywanego programu może doprowadzić do następujących zysków uczestników zajęć:

- wpłynąć na zwiększenie świadomości w obszarach wymienionych w punktach 1, 5 i 6 (świadomość aktualnego stresu wynikającego z doświadczeń przemocowych, większe zrozumienie dotychczasowych relacji rodzinnych, przemyślenie i zaplanowanie sytuacji po wyjściu z zakładu karnego, np. czy wracać do partnera stosującego

przemoc lub jak ułożyć z nim relacje, by nie dochodziło więcej do aktów przemocy itp.);

- spowodować zwiększenie kompetencji dotyczących zarówno świadomości, jak i działania w obszarach dotyczących punktów 2, 3 i 4 (funkcjonowania psychologicznego i społecznego, w tym obrazu siebie).

Przed zakwalifikowaniem do zajęć grupowych w trakcie prowadzonych rozmów indywidualnych osoby prowadzące program motywowały potencjalne uczestniczki do udziału w grupie poprzez informowanie o formule pracy grupowej, obowiązujących zasadach pracy oraz o jej celach. Taka swoista rozmowa kwalifikacyjna daje prowadzącym możliwość weryfikacji zgłaszających się uczestniczek poprzez ocenę ich stopnia motywacji do uczestnictwa oraz podstawowych umiejętności komunikacyjnych niezbędnych do skorzystania z programu. Kwalifikacji do zajęć grupowych dokonywano po zakończeniu I etapu pracy psychologicznej — tj. kontaktu indywidualnego.

Program działań grupowych obejmował 10 spotkań. Liczba ta jest niewielka w porównaniu z liczbą spotkań grup wsparcia dla ofiar przemocy realizowanych w warunkach wolnościowych, jednakże w takim wymiarze jest ona realnie możliwa do przeprowadzenia w warunkach placówek penitencjarnych. Każde spotkanie grupowe podzielone zostało na dwie części: edukacyjną, która prowadzona była w formie krótkiego wykładu, oraz część dyskusyjną, zawierającą rozwinięcie poprzez rozmowę z uczestniczkami i uczestniczek między sobą oraz analizę treści poruszanych w części edukacyjnej. Wykłady zawierały elementy wiedzy dotyczącej zjawiska przemocy w rodzinie, jak np. mity i stereotypy dotyczące przemocy w rodzinie, cykle przemocy, portret psychologiczny ofiary przemocy, portret psychologiczny sprawcy przemocy itd. Część prowadzących zapraszała na zajęcia grupowe specjalistów z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie, takich jak prawnik, policjant czy pracownik socjalny. Osoby te odpowiadały na pytania uczestniczek oraz przedstawiały ofertę pomocy, z jakiej można skorzystać po opuszczeniu zakładu karnego.

W ocenie efektywności tak prowadzonych oddziaływań nie sposób pominąć wpływu środowiska więziennego, w którym prowadzone są zajęcia grupowe. Elementem utrudniającym realizację programu jest sama sytuacja pozbawienia wolności, co dla uczestniczek jest przecież częścią kary polegającej m.in. na sfrustrowaniu ważnych dla nich potrzeb — roz-

wojowych, zarówno indywidualnych, jak i społecznych. Sytuacja ta może wpływać na ograniczenie zaufania do osób prowadzących, które są reprezentantami instytucji opresyjnej, jaką jest więzienie, i w związku z tym także do samego programu. Z drugiej strony to właśnie pracownicy penitencjarni przebywający na co dzień z osadzonymi mogą lepiej rozumieć sytuację, w jakiej znajduje się osoba pozbawiona wolności, i dlatego oni wydają się być grupą, która można edukować i przygotowywać do tego rodzaju pracy.

Cele grupy wsparcia w warunkach więziennych

Prowadzenie programu pod nazwą „Uwolnij się” związane było z realizacją następujących celów:

1. Budowanie zaufania do innych osób

Poczucie bezpieczeństwa w relacjach z innymi buduje się głównie poprzez obdarzanie ich zaufaniem. Osoby doznające przemocy nie potrafią ufać innym ludziom. Doświadczanie nieprzewidywalności zachowań sprawcy powoduje, że nigdy nie mogą być pewne jego zachowania oraz tego, czy właśnie dzisiaj dojdzie do agresji, czy też nie. W związku z tym cały czas żyją w gotowości do zmierzenia się z nieprzewidywalnym zachowaniem. Ten stan powoduje, że łatwiej jest przystosować się w taki sposób, żeby nie ufać w ogóle, niż czuć napięcie i narażać się na rozczarowanie spowodowane naruszeniem zaufania. Dystans, który tworzą osoby doznające przemocy, widoczny jest nie tylko w relacjach z bliskimi osobami, pośród których najczęściej jest sprawca, ale także wobec wszystkich innych ludzi, również innych uczestniczek grupy. Nauka odbudowywania zaufania do drugiego człowieka wydaje się więc niewątpliwie istotna.

2. Nauka mówienia o sobie

W relacji opartej na przemocy ofiara nie ma zbyt wielu okazji, aby mówić, co myśli, jak się czuje. Nawet jeśli może to wyartykułować, sprawca nie uznaje tych wypowiedzi za ważne, często wprost je bagatelizuje lub deprecjonuje. W końcu to sprawca jest zainteresowany tym, aby jego racje były uznawane i aby to one wyznaczały rytm życia rodzinnego. Z założenia racja jest po jego stronie, a opinia ofia-

ry nie ma większego znaczenia. Możliwość mówienia o sobie, o tym, co się myśli, jak się odczuwa itd., jest niezwykle cennym doświadczeniem, które zdobywa się podczas sesji grupowych, poprzez rozmawianie z innymi w bezpiecznych i nieoceniających warunkach zewnętrznych.

3. Doświadczenie bycia podmiotem w relacji z drugim człowiekiem

Przemoc niszczy poczucie podmiotowości w relacjach społecznych. Neguje przekonanie o tym, że w relacji z drugim człowiekiem każdemu należy się szacunek. Podczas sesji grupowych uczestniczka ma możliwość obcowania z innymi osobami w poczuciu poszanowania i godności. Prowadzący uczy kobiety budowania i doświadczania korzyści z lepszych jakościowo relacji interpersonalnych.

4. Rozpoznawanie i omawianie emocji związanych z doznawaniem przemocy domowej

Sprawca przemocy, kontrolując członków rodziny, utrudnia ofierze adekwatne rozpoznawanie i rozumienie emocji. Kobiety doznające przemocy mają poczucie izolacji, uważają, że to, przez co przeszły, zdarzyło się tylko im i nikt nie będzie w stanie zrozumieć, jak się czuły. Nauka rozpoznawania i wyrażania emocji oraz rozmowa o tym, że inne osoby w grupie mają często podobne doświadczenia emocjonalne, z reguły przynosi dużą ulgę.

5. Edukacja na temat definicji, specyfiki, mechanizmów zjawiska przemocy

W praktyce prowadzenia grup wsparcia często mamy do czynienia z tym, że osoby doznające przemocy domowej niewiele, a czasem w ogóle nie wiedzą o jej mechanizmach. Brakuje im wiedzy o tym, jakie zachowania mają charakter przemocy, jak można się chronić przed nią, jak reagować na typowe postępowanie sprawcy, gdzie szukać pomocy itd. Wiele kobiet nie identyfikuje swojej sytuacji z doświadczaniem przemocy w rodzinie. Szukają odpowiedzi na pytanie, dlaczego sprawca traktuje je w taki sposób, upatrują winy w sobie, nie nazywają przemocą tego, czego doświadczają. Mają tendencję do bagatelizowania, racjonalizowania zachowań sprawcy, często usprawiedliwiają go. Elementy psychoedukacyjne, które obecne są podczas każdego spotkania grupy, mają za zadanie uświadliwić uczestniczki na te tematy.

6. Rozpoznawanie i analiza tego, co sprawia, że kobieta zaangażowała się w związek oparty na przemoc

Każdy człowiek nawiązuje relacje z innymi ludźmi, w tym te bliskie i intymne, na podstawie doświadczeń z własnej rodziny pochodzenia. Od matki uczy się roli kobiety, zaś ojciec jest pierwowzorem mężczyzny. Wiele kobiet doznających przemocy zachowuje się bardzo podobnie jak ich matki, które nie potrafiły stawiać granic, zachowywać się asertywnie, były zbyt uległe i nie reagowały na złe traktowanie przez dominującego partnera. Inne nauczyły się cierpieć i nic nie mówiąc, znosić upokorzenia bardzo długo, skupiając się głównie na swoim poczuciu krzywdy. W osobie sprawcy upatrują jedyne źródło swojego cierpienia, czują do niego dużo złości, którą nierzadko przenoszą także na inne osoby, np. na innych mężczyzn. Grupa jako forma pracy psychologicznej daje możliwość rozpoznawania własnych wzorców zachowania wobec innych osób poprzez budowanie relacji interpersonalnych z pozostałymi uczestniczkami i z osobami prowadzącymi. Poprzez doświadczenie korekcyjne w tych relacjach istnieje możliwość tego, że uczestniczka nauczy się rozpoznawać i rozumieć przyczyny, znaczenie oraz konsekwencje budowania relacji z osobą stosującą przemoc.

7. Nauka szukania wsparcia i proszenia o pomoc, tak innych uczestniczek, jak i osób prowadzących

Przemoc w rodzinie uruchamia bezradność domowników. Sprawca stopniowo izoluje ofiarę od najbliższej rodziny, ograniczając jednocześnie jej potencjalne źródła wsparcia. Izolacja ta często dotyczy także kontaktów ze znajomymi czy sąsiadami. Kobieta pozostaje w odcięciu od innych osób, a wszelkie próby ujawnienia przemocy komukolwiek powodują eskalację agresji przez sprawcę. W grupie wsparcia kobiety stopniowo przekonują się, że szukanie dla siebie wsparcia i pomocy jest ważnym elementem pomagającym konstruktywnie radzić sobie z relacją opartą na przemoc (np. poprzez zerwanie jej). Mogą odnaleźć w sobie siłę, aby bez poczucia wstydu i zażenowania rozmawiać o trudnej sytuacji, w jakiej się znalazły.

8. Nauka chronienia się przed przemocą podczas widzeń ze sprawcą

W wielu związkach kobiet odbywających karę pozbawienia wolności przemoc, która miała miejsce przed osadzeniem, w zakładzie penitencjarnym nie ustaje, zmieniają się jedynie jej formy (Lizińczyk 2015).

Nie dochodzi już do aktów bezpośredniej agresji fizycznej, ponieważ widzenia rodzin z osadzonymi są monitorowane. Jednakże sprawca nadal chce utrzymywać kontrolę nad swoją ofiarą poprzez np. karanie jej brakiem kontaktów z dziećmi, przrzucaniem odpowiedzialności za niepowodzenia i aktualne trudności itp. Uświadamianie ofierze, w jaki sposób sprawca działa teraz, kiedy ona odbywa karę pozbawienia wolności, daje jej możliwość chronienia się oraz budowania konstruktywnych strategii zaradczych.

9. Uwrażliwienie na sytuację dzieci w rodzinie z problemem przemocy

Kobieta, która sama doznaje przemocy, często nie ma siły ani możliwości, by skutecznie chronić przed nią swoje dzieci. Charakterystyczne jest to, że matki doznające przemocy postrzegają swoje dzieci jako starsze, niż są w rzeczywistości. Wymagają od nich większej samodzielności, zaradności, odporności niż te, które wynikają z normy wiekowej. Widzą je jako takie, które potrafią same sobie poradzić w różnych sytuacjach życiowych. Nie bez powodu dzieci te z czasem wchodzą w rolę nieadekwatną do wieku i stają się bardziej dojrzałe niż rówieśnicy. Zostają same z problemami, o których wstydzą się mówić w szkole. Nie dostają pomocy ani od ojca — sprawcy przemocy — ani od matki, która nie jest w stanie adekwatnie rozpoznać ich potrzeb. Przywrócenie tej ważnej umiejętności oraz uwrażliwienie kobiet na sytuację psychiczną własnych dzieci pomaga im lepiej rozumieć potrzeby dzieci i tym samym właściwie pełnić wobec nich rolę rodzica.

10. Doświadczenie wzajemnej odpowiedzialności uczestniczek za grupę jako wspólne, ważne miejsce pracy nad własnymi problemami

Dobra jakość wzajemnych relacji pomiędzy uczestniczkami oraz pomiędzy nimi a prowadzącymi wpływa na to, że poszczególne osoby w grupie mogą doświadczać poczucia bezpieczeństwa i wspólnoty. Praktyka pokazuje, że grupa jest dla nich ważna, a uczestniczki deklarują i podtrzymują swoją wolę uczestnictwa w zajęciach. Na takim gruncie łatwiej jest omawiać swoje problemy, otwierać się przed innymi osobami. Im grupa jest bardziej spójna, tym więcej uczestniczek postrzega ją jako dobre i właściwe miejsce dla siebie. W ten sposób można dostrzec sens w psychologicznej pracy nad zagadnieniami dotyczącymi przemocy w rodzinie,

jej konsekwencjami w dorosłym życiu. Podobieństwo doświadczeń buduje poczucie bezpieczeństwa.

11. Nauka radzenia sobie z izolacją spowodowaną pozbawieniem wolności

Przebywanie w warunkach izolacji powoduje, że kobiety zmuszone są do odnalezienia się w bardzo trudnej psychologicznie sytuacji społecznej. Przebywanie w małym zamkniętym środowisku zakładu penitencjarnego powinno uaktywniać mechanizmy adaptacyjne, ułatwiające dostosowanie się do specyficznych uwarunkowań tego miejsca. Ofiary przemocy to często osoby, które mają problemy w adaptacji społecznej. Doświadczały tego jeszcze w warunkach wolności, które o wiele bardziej sprzyjają nawiązywaniu relacji społecznych. Typowe problemy społeczne osób doświadczających przemocy to nadmierne wycofywanie się z życia społecznego lub agresja i wrogość w stosunku do innych ludzi. Te dwie krańcowo odmienne postawy odzwierciedlają się także w warunkach pozbawienia wolności. Grupa daje możliwość rozwijania umiejętności społecznych, które pomagają w bardziej satysfakcjonujący sposób odnaleźć się w zakładzie penitencjarnym poprzez zwiększanie samoświadomości dotyczącej własnego zachowywania się w warunkach pozbawienia wolności.

Ewaluacja programu

Program realizowany był w sześciu zakładach karnych na terenie całej Polski. Realizatorami byli psychologowie i wychowawcy pracujący na oddziałach penitencjarnych, którzy wzięli udział w szkoleniu przygotowującym do prowadzenia zajęć (ok. 120 godzin szkoleniowych).

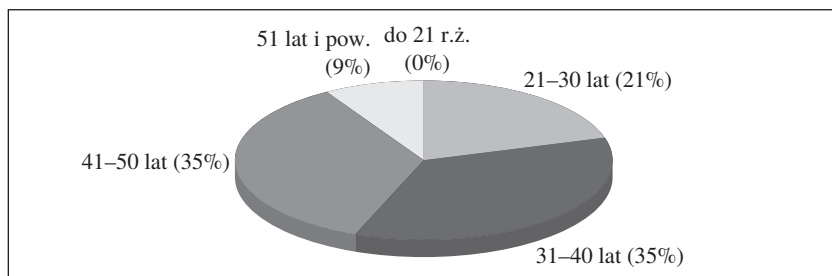
Grupę badawczą stanowiły kobiety (N = 100) odbywające karę pozbawienia wolności, uczestniczące w programie dla ofiar przemocy w rodzinie, realizowanym w izolacji penitencjarnej, które zgodziły się wypełnić arkusze ewaluacyjne. Warunkiem koniecznym do zakwalifikowania uczestniczek do zajęć były ich zgoda oraz potwierdzone informacje świadczące o długotrwałych (powyżej pół roku) doświadczeniach przemocy przed osadzeniem w zakładzie karnym. Przemocy tej doznawały albo w rodzinie pochodzenia — ze strony rodziców, rodzeństwa albo w życiu dorosłym — ze strony męża/partnera. Źródłem tych danych były informacje pozyskane ze zgromadzonej dokumentacji (akta osobopoznawcze, do-

kumentacja sądowa, kuratorska itp.) oraz dane zebrane na podstawie przeprowadzonej rozmowy wstępnej z osadzonymi kobietami tuż po przyjęciu do jednostki penitencjarnej.

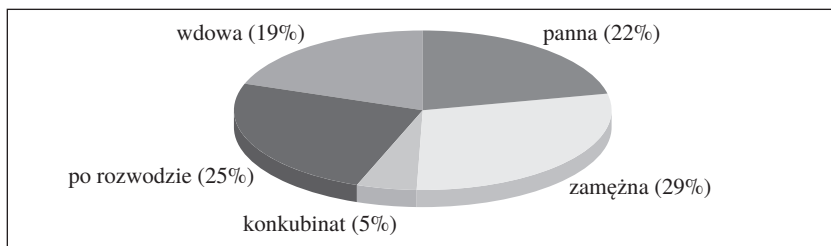
Zgromadzony materiał badawczy związany jest z realizacją programu składającego się z dwóch etapów — pracy indywidualnej (dwa spotkania) i pracy grupowej (10 spotkań) — trwającego w okresie 2014–2015 roku. Uczestnicy brali udział w zajęciach (patrz: opis programu) związanych z pogłębianiem wiedzy na temat zjawiska przemocy, sposobów radzenia sobie z przemocą oraz edukacji w zakresie miejsc i osób, które po zakończeniu kary pozbawienia wolności mogą oferować pomoc w zakresie radzenia sobie z sytuacją doświadczania przemocy. Osoby uczestniczące poproszono o dwukrotne wypełnienie (anonimowo) narzędzi ewaluacyjnych (na początku zajęć grupowych — pretest oraz po ich zakończeniu — posttest).

Narzędzia ewaluacyjne opracował zespół składający się z autorów niniejszego artykułu, jednocześnie specjalistów pracujących w obszarze pomagania osobom doznającym przemocy. Składały się z one pytań dotyczących zmiennych demograficznych (wiek, stan cywilny, informacji na temat sytuacji przed osadzeniem), pytań dotyczących identyfikacji ze stereotypami dotyczącymi relacji przemocowych (ankieta), a także z wybranych zmiennych psychologicznych związanych z postrzeganiem siebie (kwestionariusz — opis w dalszej części). Poniżej zostały zaprezentowane wybrane charakterystyki demograficzne uczestniczek programu.

Rysunek 1. Struktura wieku skazanych biorących udział w badaniach

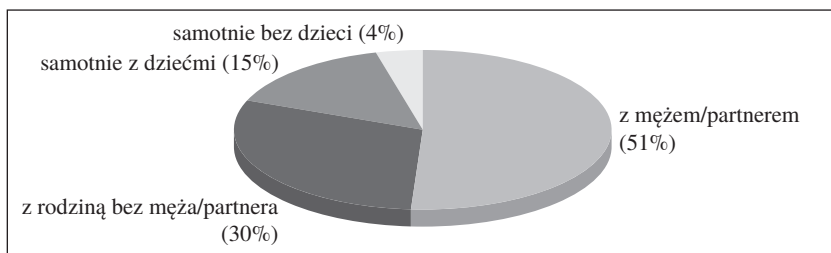


Jak wynika z powyższego wykresu, ogromną większość uczestników zajęć (71 proc.) stanowiły osoby w wieku 31–50 lat. Nie odnotowano w grupie badawczej obecności osób poniżej 21. roku życia.

Rysunek 2. Aktualny stan cywilny osób uczestniczących w badaniach

Badania ujawniły, iż w grupie badawczej znajduje się ok. 34 proc. osób będących w związkach zarówno formalnych, jak i nieformalnych. Zdecydowana większość badanych kobiet (66 proc.) deklaruowała inny stan cywilny.

W ankiecie ewaluacyjnej pytano również o to, z kim zamieszkiwały uczestniczki w okresie tuż przed osadzeniem (do 6 miesięcy przed izolacją). Szczegółowe wyniki przedstawia wykres poniżej.

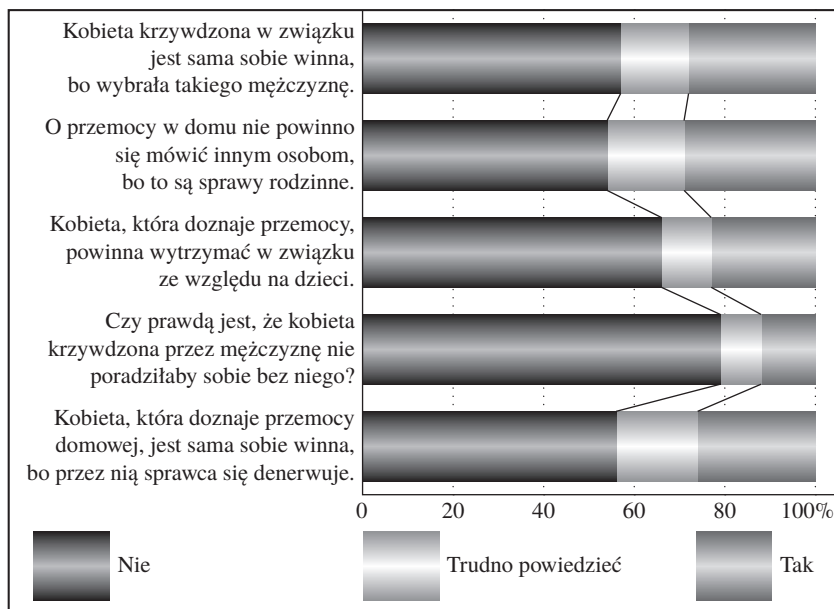
Rysunek 3. Zamieszkiwanie uczestników badania w okresie przed osadzeniem w zakładzie karnym

Analiza uzyskanych wyników ujawniła ich znaczną polaryzację. Połowa grupy badawczej (51 proc.) nadal zamieszkiwała z mężem lub partnerem, podczas gdy druga część badanych osób mieszkała w separacji, prawdopodobnie od sprawcy zachowań przemocowych. Warto także zauważyć, że ok. 4 proc. badanych osób mieszkało całkowicie samotnie.

Pytano także, czy osoba badana przebywała już wcześniej w zakładzie karnym, czy też aktualny pobyt w izolacji penitencjarnej jest po raz pierwszy. Wyniki ujawniły, iż zdecydowana większość grupy badawczej (88 proc.) przebywa w więzieniu po raz pierwszy.

Na kolejny element narzędzia ewaluacyjnego składają się dwie wyodrębnione części. Pierwszą część stanowiły pytania dotyczące podstawowych i kluczowych aspektów wiedzy, świadomości i przekonań osoby badanej na temat zjawiska przemocy. W większości zawierała ona zbiór wybranych przekonań, jakie mogłaby deklarować osoba doświadczająca przemocy domowej (Nikodemska 2002). Zadaniem uczestniczki było wyrażenie swojej akceptacji wobec prezentowanego stwierdzenia poprzez deklarację jednej odpowiedzi ze zbioru: 1. nie (nie zgadzam się z twierdzeniem), 2. trudno powiedzieć, 3. tak (zgadzam się ze stwierdzeniem). Poniższy wykres przedstawia stopień akceptacji poszczególnych twierdzeń przez uczestniczki przed rozpoczęciem cyklu zajęć grupowych.

Rysunek 4. Procentowy rozkład akceptacji przekonań związanych ze zjawiskiem przemocy domowej w grupie badawczej (stan przed rozpoczęciem zajęć)



Jak można zauważyć, oczekiwaną odpowiedzią na powyższe twierdzenia powinna być odpowiedź „nie” na wszystkie postawione tezy (Nikodemska 2002). Wykres wskazuje, że co prawda liczba takich odpowiedzi przeważa, niemniej jednak interesujące są proporcje pozostałych kategorii odpowiedzi. Poczucie winy i odpowiedzialności kobiety za doznawane

krzywdy, przekonanie o konieczności utrzymywania w tajemnicy przed innymi tego, co dzieje się w domu, to przekonania, w których ponad 40 proc. odpowiedzi stanowią „tak” i „Trudno powiedzieć”. Doskonale odzwierciedla to fakt obecności wielu błędnych przekonań o roli i odpowiedzialności ofiary za występowanie przemocy u sprawcy, które podtrzymuje w wypowiedziach także sam sprawca (np. „to przez ciebie..., to twoja wina..., gdyby nie ty, to...” itp.) (Przeciwdziałanie przemocy... 2003). Na uwagę także zasługuje stwierdzenie, iż o przemocy nie powinno mówić się poza kręgiem rodziny. To jedno z przekonań, które może znacznie utrudniać poszukiwanie i przyjmowanie pomocy od osób spoza rodziny, w tym wsparcia instytucjonalnego.

W świetle tych wyników praca nad przekonaniami związanymi z przemocą w grupie wsparcia wydaje się mieć szczególnie ważne znaczenie. Praca grupowa powinna być ukierunkowana m.in. na psychoedukację w zakresie zjawiska przemocy, konstruktywnego radzenia sobie z nim, w tym umiejętności postrzegania odpowiedzialności za przemoc stosowaną przez sprawcę i ofiary (Błaż-Kapusta 2007). Grupowa analiza własnych zachowań oraz przekonań, które je podtrzymują, może stanowić „doświadczenie korekcyjne”, dzięki któremu łatwiej jest zidentyfikować mechanizmy podtrzymujące przeświadczenie o własnej winie i odpowiedzialności za stosowanie przemocy przez sprawcę.

Prezentowane wyniki potwierdzają ważność i konieczność uwzględnienia ww. tematów, gdyż praca w obszarze często identyfikowanego poczucia winy i odpowiedzialności kobiety za doznane krzywdy wydaje się tutaj kluczowa (Błaż-Kapusta 2007). Zajęcia grupowe powinny także uwzględniać często występującą trudność w mówieniu o swoich problemach (patrz: Etap II, grupa wsparcia dla kobiet ofiar przemocy domowej odbywających karę pozbawienia wolności) i stwarzać odpowiednio bezpieczne warunki do tego, by uczestnicy zajęć byli zachęceni do opowiadania o swoich doświadczeniach.

Druga część narzędzia ewaluacyjnego (kwestionariusz) dotyczyła świadomości uczestników w zakresie samooceny funkcjonowania w kontaktach społecznych, świadomości swoich cech pozytywnych i negatywnych, jak również gotowości na omawianie doświadczeń przemocowych w kontaktach z innymi ludźmi. Część ta składała się z 15 pytań. Sposób udzielania odpowiedzi oraz ich punktowania przedstawia tabela 1.

Zebrane surowe dane poddano analizie statystycznej zastosowaniem eksploracyjnej analizy czynnikowej z rotacją metodą Varimax (znorm.).

Tabela 1. System punktowy odpowiedzi ankiety ewaluacyjnej

Zdecydowanie nie	Raczej nie	Raczej tak	Zdecydowanie tak
1	2	3	4

Tabela 2. Wartość ładunków czynnikowych poszczególnych pozycji wchodzących w skład ankiety ewaluacyjnej

	Czynnik 1 Dbałość o siebie	Czynnik 2 Izolacja społeczna	Czynnik 3 Samoświadomość
1. Mam wysokie poczucie własnej wartości.	0,564	—	—
2. Zależy mi na moim wyglądzie.	0,725	—	—
3. Dbam o swoje zdrowie.	0,546	—	—
4. Umiem opanowywać swoją złość.	0,636	—	—
5. Potrafię pomagać innym ludziom i robię to chętnie.	0,744	—	—
6. Potrafię mówić NIE w relacjach z innymi osobami.	0,606	—	—
7. Nie mam zaufania do innych ludzi.	—	0,585	—
8. Nie pozwalam sobie na słabość, na popełnianie błędów.	—	0,626	—
9. Niechętnie nawiązuję nowe znajomości.	—	0,596	—
10. Odczuwam lęk w związku z doznawaną przemocą domową i jej konsekwencjami.	—	0,708	—
11. Często czuję się winna za to, co dzieje się dookoła mnie w więzieniu i poza murami.	—	0,574	—
12. Często jestem smutna.	—	0,594	—
13. Rozmawiam o uczuciach z łatwością.	—	—	0,716
14. Czuję się rozumiana przez innych.	—	—	0,699
15. Potrafię rozmawiać o doznawanej przemocy.	—	—	0,725
16. Wiem, co robić, aby w kontaktach z innymi ludźmi nie czuć się gorszym, pokrzywdzonym.	—	—	0,652

W ten sposób zidentyfikowano ładunki wchodzące w skład trzech wyodrębnionych czynników. Szczegóły zawiera tabela poniżej.

Po przeanalizowaniu pytań wchodzących w skład wyodrębnionych czynników, czynnik 1 — nazwano: dbałość o siebie, czynnik 2 — izolacja społeczna, a czynnik 3 — samoświadomość. Na podstawie powyższych grup pytań poszczególne czynniki zdefiniowano w następujący sposób:

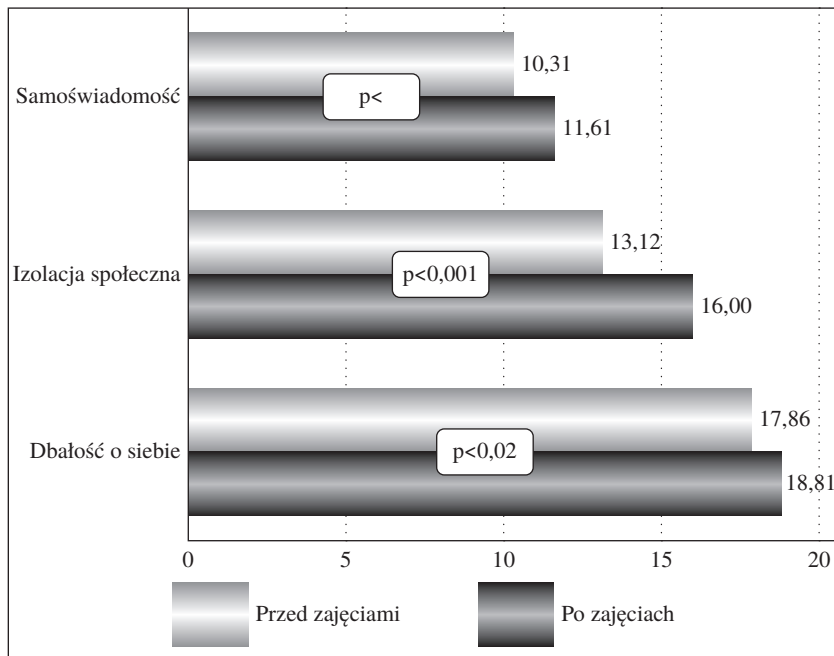
- **Dbałość o siebie.** Czynniki opisuje ogólne przekonanie o kompetencjach i ważności dbania o siebie (wygląd, zdrowie), jak również umiejętności dbania o swoje granice.
- **Izolacja społeczna.** Czynniki ten mierzy ogólną niechęć, poczucie lęku i nieufności w kontaktach z drugim człowiekiem. Wyraża się także w ogólnej niechęci mówienia o własnych doświadczeniach związanych z przemocą.
- **Samoświadomość.** Wyniki w tym czynniku ujawniają poziom świadomości własnych zasobów i deficytów oraz umiejętności dbania o swoją przestrzeń prywatną. Czynniki ujawnia także ogólny poziom wiedzy na temat tego, kim jestem.

Kolejną przeprowadzoną analizą rzetelności zidentyfikowanych czynników pozwoliła na osiągnięcie następujących poziomów współczynnika alfa Cronbacha: dla skali 1 — otwartość na kontakty społeczne $\alpha = 0,832$, dla skali 2 — izolacja społeczna $\alpha = 0,702$, natomiast dla skali 3 — samoświadomość $\alpha = 0,726$.

W związku z identyfikacją trzech czynników obliczono ich średnie wartości w pierwszym i drugim badaniu. Analiza rozkładu badanych zmiennych pod kątem obecności rozkładu normalnego potwierdziła jego obecność w zakresie trzech ww. zmiennych. W związku z powyższym zastosowano test t-studenta dla grup niezależnych. Poniższy wykres przedstawia statystykę porównawczą średnich poziomów wyróżnionych czynników w I i II badaniu.

Uzyskane wyniki wskazują na istotne zmiany badanych wymiarów w grupie uczestników zajęć. Dbłość o siebie oraz samoświadomość osiągnęły istotnie wyższe wartości po zakończeniu zajęć. Kierunek tych zmian powiązany jest z pozytywnym efektem uczestniczenia w programie. Dość interesującą zmienną okazała się izolacja społeczna. Oczekiwano spadku tej wartości, podczas gdy badania ujawniły jej istotny wzrost. Autorzy opracowania uważają, iż kierunek zmian tej zmiennej odzwierciedla zjawisko początkowego wzrostu niechęci do mówienia i powracania do tematów związanych z doświadczaniem przemocy w przeszłości. Ponieważ prezentowany program zawierał się jedynie w 10 spotkaniach grupowych, można stwierdzić, iż prawdopodobnie jest to za krótki okres, by móc osiągnąć stan, w którym uczestniczki nie będą odczuwały lęku czy niechęci w omawianiu własnych przeżyć związanych z doświadczaniem przemocy. Dalsze prowadzenie zajęć grupowych (np. przez okres 12 miesięcy) mogłoby dać możliwość zweryfikowania tego wniosku. W instytu-

Rysunek 5. Graficzny obraz poziomów badanych czynników przed programem w grupie badawczej i po jego zakończeniu



cjach prowadzących programy pomocy psychologicznej dla ofiar przemocy (w warunkach wolnościowych) nie ma niestety zwyczaju badania efektywności takich działań. Przeprowadzenie podobnych badań w warunkach pozawięziennych, w dłuższej perspektywie czasowej mogłoby niewątpliwie rozwiązać te wątpliwości, jak również umożliwiłoby przeanalizowanie dynamiki i trwałości zmian, wyróżnionych zmiennych.

Uwagę badaczy skupiły także poszczególne pytania wchodzące w skład pierwszej części narzędzia badawczego, która dotyczyła głównie stereotypów związanych z postrzeganiem zjawiska przemocy domowej. Poniższa tabela zawiera zestawienie stopnia identyfikacji respondentów z wybranymi stereotypami dotyczącymi zjawiska przemocy, w badaniu przed rozpoczęciem zajęć i po ich zakończeniu. We wszystkich analizowanych przypadkach ujawniono istotne różnice statystyczne.

Uzyskane wyniki wskazują na dobry kierunek zmian w zakresie postrzegania zjawiska przemocy. Liczba kobiet deklarujących odpowiedź

Tabela 3. Częstotliwości odpowiedzi uczestniczek na poszczególne przekonania związane z przemocą domową w badaniu przed programem i po jego zakończeniu (w %)

Twierdzenie	Pomiar: 1 przed zajęciami 2 po zakończeniu zajęć	Tak	Trudno powiedzieć	Nie	Analiza
1. Kobieta, która doznaje przemocy domowej, jest sama sobie winna, bo przez nią sprawca się denerwuje.	1 2	26 6,5	18 13	56 80,5	chi = 14,06 df = 2 p < 0,001
2. Czy prawdą jest, że kobieta krzywdzona przez mężczyznę nie poradziłaby sobie bez niego?	1 2	12 0	9 2,66	79 97,34	chi = 10,92 df = 2 p < 0,01
3. Kobieta, która doznaje przemocy, powinna wytrzymać w związku ze względu na dzieci.	1 2	22,4 0	10,2 2,6	67,4 97,4	chi = 23,1 df = 2 p < 0,001
4. O przemocy w domu nie powinno się mówić innym osobom, bo to są sprawy rodzinne.	1 2	29 7,8	17 84,4	54 7,8	chi = 18,7 df = 2 p < 0,001
5. Kobieta krzywdzona w związku jest sama sobie winna, bo wybrała takiego mężczyznę.	1 2	28 3,9	15 14,3	57 81,8	chi = 18,39 df = 2 p < 0,001

„tak” lub „Trudno powiedzieć” na powyższe stereotypowe stwierdzenia po zakończeniu zajęć zmniejszyła się istotnie.

Podsumowanie

Oddziaływania w obszarze przemocy domowej organizowane są w Służbie Więziennej od wielu lat (Krajowy Program Przeciwdziałania Przemocy Domowej, zarządzenia Dyrektora Generalnego Służby Więziennej). W większości dotyczą one jednak skazanych sprawców przemocy, których w polskim systemie penitencjarnym jest rocznie ok. 10 000 (dane Centralnego Zarządu Służby Więziennej⁵). Oddziaływania wobec grupy ofiar będących jednocześnie osobami skazanymi za popełnienie różnych przestępstw (w tym zabójstw partnerów) są realizowane w zdecy-

⁵ Dane opracowane na podstawie informacji statystycznych Centralnego Zarządu Służby Więziennej (CZSW). Informacje dostępne w Biurze Penitencjarnym CZSW.

dowanie mniejszym zakresie. W większości wynika to z mniejszej niż w przypadku sprawców liczby osób, ich rozproszenia w polskim systemie penitencyjnym, a przez to trudności w opracowaniu kompleksowej i grupowej oferty programowej dostosowanej do potrzeb tej populacji skazanych kobiet. Nie oznacza to jednak, że zajęć o podobnej tematyce nie realizowano do tej pory. Ze względu na powyższe ograniczenia w większości przypadków miały one głównie charakter indywidualny. Realizacja szkoleń wybranych przedstawicieli Służby Więziennej z wykorzystaniem opracowanej czytelnej i jasnej formuły programu stwarza możliwości realizacji omawianej formy pomocy we wszystkich tych jednostkach penitencyjnych, w których przebywa ten szczególnie rodzaj populacji skazanych.

Choć prowadzenie programu dla osób, które doznawały przemocy przed osadzeniem, obejmowało średnio ok. 10 spotkań grupowych poprzedzonych co najmniej dwoma spotkaniami indywidualnymi, to badania wykazały znaczącą zmianę, jaka pojawiała się w grupie uczestniczek. Nastąpił istotny wzrost umiejętności dbania o siebie (zwłaszcza w sferze psychologicznej), wzrost poziomu świadomości własnych problemów związanych z obszarem przemocy domowej oraz poziomu wiedzy dotyczącej zjawiska przemocy. Można więc zauważyć, że udział w zajęciach skierowanych do ofiar przemocy wywołał zadowalające efekty. Kierunki zmian natężeń poszczególnych zmiennych (poza izolacją społeczną) odzwierciedlają korekcyjny rozwój w radzeniu sobie i postrzeganiu zjawiska przemocy domowej przez uczestniczki zajęć. Na uwagę zasługuje także poziom ocen programu, jakich dokonali uczestnicy na zakończenie zajęć. Średnia wartość 5,00 (w skali 1–6) wskazuje na bardzo pozytywny odbiór proponowanej interwencji. Tak wysokie noty mogą także odzwierciedlać wysoki poziom motywacji do korzystania przez uczestniczki z tej formy pomocy.

Przedstawione powyżej wyniki zdają się potwierdzać, iż cele, jakie może stawiać sobie więzienny program, którego częścią są grupowe zajęcia psychoedukacyjne, zostały zrealizowane. Należy wskazać również na to, iż wiele uczestniczek z własnej woli nie wzięłoby udziału w tego rodzaju programie w warunkach wolnościowych. Natomiast dostępność tej formy pomocy w miejscu, w którym i tak osoby te przebywają (zakład karny), mając na uwadze dużą ilość wolnego czasu w izolacji penitencjarnej, zwiększając szansę pomocy wielu kobietom doznającym przemocy domowej. Innym zyskiem z programu jest fakt, że uczestniczki zostały wyposażone w wiedzę, do kogo mogą się zwrócić po pomoc w kontynuowaniu

pracy nad swoimi problemami, będąc już na wolności. Choć uczestnictwo w więziennym programie wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie może wpływać korzystnie na funkcjonowanie w wielu opisywanych wymiarach, to wydaje się, że jest to tylko jedna z możliwości wsparcia (w tym instytucjonalnego) w celu konstruktywnego poszukiwania strategii radzenia sobie w sytuacji doświadczania przemocy.

Wyniki ewaluacji pozwalają na sformułowanie następujących wniosków i postulatów:

- przeprowadzone badania potwierdzają osiągnięcie celów programu w zakresie takich zmiennych jak zwiększenie kompetencji dbania o siebie oraz samoświadomości i wiedzy z obszaru przemocy domowej;
- obecność istotnych różnic w ocenach twierdzeń zawartych w ankiecie ewaluacyjnej przed programem i po zakończeniu zajęć oraz ogólna ocena programu wystawiona przez uczestniczki wskazuje, iż program jest właściwie dopasowany do potrzeb resocjalizacyjnych grupy skazanych kobiet doświadczających przemocy przed osadzeniem w izolacji penitencjarnej i w efektywny sposób wpływa na docelowy obszar oddziaływań;
- opracowanie psychometryczne narzędzia pozwoliło na identyfikację trzech czynników, a samo narzędzie może być w przyszłości wykorzystywane do pomiarów efektywności prowadzonych oddziaływań programowych dla osób doświadczających przemocy domowej;
- izolacja penitencjarna i moment odbywania kary pozbawienia wolności może być wystarczającą okolicznością do zapoczątkowania zmian wśród uczestniczek grupy;
- ze względu na trudności wynikające z samego zjawiska wykonywania kary pozbawienia wolności i przebywania w izolacji penitencjarnej program był ograniczony do dwóch spotkań indywidualnych i 10 grupowych. Niemniej jednak autorzy stoją na stanowisku, iż program pomocy ofiarom przemocy powinien oferować możliwość pracy w dłuższej perspektywie czasowej (ok. 6–12 miesięcy), a sposób przyjmowania osób do programu nie musi mieć charakteru jednorazowego (zamkniętego).

Prezentowane badania ewaluacyjne są pierwszą próbą oszacowania efektywności tego typu oddziaływań w populacji więziennej. Ze względu na ograniczenia techniczne i warunki wynikające ze specyfiki wykonywania kary pozbawienia wolności nie wyczerpują one zagadnienia efek-

tywności takich oddziaływań. Istotnym zagadnieniem wymagającym dalszych analiz i badań jest trwałość efektów uzyskanych w wyniku udziału w tych zajęciach i kontynuowanie zapoczątkowanego procesu zmiany w warunkach wolnościowych w miejscach, które posiadają ofertę dla osób doświadczających przemocy domowej. Ma to szczególne znaczenie dla podtrzymania zapoczątkowanych efektów, gdyż obszar pracy psychologiczno-terapeutycznej może być znaczny, a praca nad zmianą nie może się ograniczyć jedynie do 10 spotkań w więzieniu.

Niezależnie od tego, samo stwierdzenie faktu, iż udział w zajęciach programu grupy wsparcia rzeczywiście zmienia (w pozytywnym kierunku) sposób myślenia uczestniczek, przemawia za szeroką realizacją takich działań, przy czym odpowiednie interwencje niekoniecznie muszą być prowadzone jedynie w zakładach karnych. Uzyskane wyniki są tym bardziej optymistyczne, że nie mamy tu do czynienia z terapią, lecz z interwencją dużo prostszą i oszczędniejszą, której szeroka implementacja w różnych miejscach wydaje się możliwa bez szczególnych trudności.

Na zakończenie warto przytoczyć tutaj (patrz poniższa ramka) charakterystykę najlepiej ocenianych interwencji stosowanych wobec ofiar przemocy przez służby (w tym policję, pracowników pomocy społecznej itp.) (Tutty, Bidgood, Rothery 1993).

1. Wdrożenie procedur ochrony ofiary, wydanie zakazu zbliżania się sprawcy do ofiary, opis procedur sądowych, które można wdrożyć w danym przypadku;
2. Pomoc w zapewnieniu bezpieczeństwa;
3. Dostarczenie informacji na temat służb mogących pomóc;
4. Przedstawienie wpływu zjawiska przemocy na funkcjonowanie dziecka/dzieci;
5. Zapewnienie pomocy, opieki dziecku;
6. Pomoc w zbudowaniu własnego planu bezpieczeństwa;
7. Dostarczenie informacji na temat miejsc zapewniających tymczasowe miejsce zamieszkania;
8. Poinformowanie, umówienie kontaktu z innymi służbami, np. pracownikiem pomocy społecznej;
9. Podtrzymywanie kontaktu po pierwszym kontakcie interwencyjnym;
10. Zapewnienie dostępu do numeru alarmowego, np. 997 lub podobnego;
11. Zastosowanie w interwencji 6 lub więcej powyższych praktyk.

Warta rozważenia jest implementacja wybranych zagadnień z ww. katalogu interwencji również do programów grup wsparcia. Edukowanie

osób doznających przemocy w zakresie możliwości uzyskania wsparcia instytucjonalnego powinno być jednym z podstawowych elementów programów pomocowych. W ten sposób przygotowane uczestniczki prawdopodobnie będą miały większą świadomość i umiejętność korzystania z oferty pomocowej.

Prezentowane dane oraz wnioski mogą być pomocne jako dodatkowy materiał edukacyjny przy prowadzeniu szkoleń osób/ trenerów prowadzących tego typu programy zarówno w populacji skazanych, jak i osób w środowisku otwartym. Mogą także być przydatne dla realizatorów podobnych zajęć, prowadzonych dla grup w warunkach wolnościowych. Z tego też powodu do niniejszego artykułu dołączono ulepszony zestaw narzędzi ewaluacyjnych z możliwością wykorzystania w dwóch pomiarach (1) przed i (2) po zakończeniu zajęć dla ofiar przemocy.

Bibliografia

- Bernard, Harold S., K. Roy Mackenzie, red. (2000) *Podstawy terapii grupowej*. Gdańsk: Gdańskie Wydaw. Psychologiczne.
- Błaż-Kapusta, Barbara (2007) *Psychoterapia grupowa kobiet z doświadczeniem przemocy w rodzinie*. „Niebieska Linia” 5/52/2007.
- Briere, John, Catherine Scott (2010) *Podstawy terapii traumy*. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia, Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Hamby Sherry, David Finkelhor, Heather Turner (2015) *Intervention Following Family Violence: Best Practices and Helpseeking: Obstacles in a Nationally Representative Sample of Families With Children*. „Psychology of Violence” 5 (3): 325–336.
- Herman, Judith Lewis (1998) *Przemoc. Uraz psychiczny i powrót do równowagi*. Gdańsk: Gdańskie Wydaw. Psychologiczne.
- Herzberger, Sharon D. (2002) *Przemoc domowa: Perspektywy psychologii społecznej*. Warszawa: PARPA.
- Jabłońska, Katarzyna (2005) *Wywiad z kobietą — ofiarą przemocy domowej*. [w:] Katarzyna Stemplewska-Żakowicz, Krzysztof Krejtz, red., *Wywiad psychologiczny 3: Wywiad w różnych kontekstach praktycznych*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, s. 104–130.
- Kiemblowski, Piotr (2005) *Wywiad psychologiczny z ofiarą przemocy seksualnej*. [w:] Katarzyna Stemplewska-Żakowicz, Krzysztof Krejtz, red., *Wywiad psychologiczny 3: Wywiad w różnych kontekstach praktycznych*. Warszawa: Pra-

- cownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, s. 131–165.
- Lizińczyk, Sebastian (2015) *Sprawca w więzieniu = koniec przemocy?* „Niebieska Linia” 1: 1–4.
- Morrison, James (2016) *DSM-5 bez tajemnic: Praktyczny przewodnik klinicystów*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Nikodemka, Sabina (2002) *Przekonania i wartości pomagających ofiarom przemocy*. „Terapia Uzależnienia i Współzależnienia” 3 (24): 1–6.
- Pawlik, Jerzy, red. (2008) *Psychoterapia analityczna: Procesy i zjawiska grupowe*. Warszawa: Eneteia Wydawnictwo Psychologii i Kultury.
- Pospiszyl, Irena (2003) *Ofiary chroniczne — przypadek czy konieczność*. Warszawa: APS.
- Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie: Poradnik dla konsultantów*. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia PTP, Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie Niebieska Linia.
- Stemplewska-Żakowicz, Katarzyna, Krzysztof Krejtz, red. (2005) *Wywiad psychologiczny 3: Wywiad w różnych kontekstach praktycznych*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Szczęśny, Wiesław Wojciech (2003) *Zarys resocjalizacji z elementami patologii społecznej i profilaktyki*. Warszawa: Wydawnictwo Żak.
- Tutty, Leslie M., Bruce A. Bidgood, Michael A. Rothery. (1993) *Support Groups for Battered Women: Research on Their Efficacy*. „Journal of Family Violence” 8 (4): 325–343.
- Yalom, Irvin, Molyn Leszcz (2006) *Psychoterapia grupowa: Teoria i praktyka*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.