

WSPARCIE TERAPEUTYCZNE 08.04.2021 r. GARDZIENICE

IZABELA JAŃTA

Niby nie ma przyzwolenia na przemoc a jednak widzimy ją wszędzie na ulicy, w telewizji, w pracy, w domu. Kryje się ona pod różną postacią słowną, ekonomiczną, seksualną, cielesną. Każdy z nas nosi w sobie doświadczenie przemocy. U niektórych to tylko, zdarzenie, epizod a inni doświadczają jej przez całe swoje życie. Długotrwałej przemocy towarzyszy wstyd za którym kryje się także myślenie o sobie i przeświadczenie o tym kim jestem i jaki jestem. Najczęściej sprowadza się to do przeświadczenia o tym, że jest się beznadziejnym, złym, godnym potępienia czy też nie zasługującym na nic co dobre, wybrakowanym, gorszym. W parze za wstydem idzie wszechogarniający strach przed zagrożeniem. Wychodzenie z sytuacji przemocowej jak i praca z ofiarami przemocy to bardzo skomplikowany i bolesny proces, którego nie będąc specjalistą absolutnie nie możemy się podjąć. Przemocy nie musisz rozumieć, dlatego nie staraj się jej wyjaśniać, tłumaczyć, usprawiedliwiać przemocy musisz stawiać opór i nie pozwalać na jej doświadczanie, jeśli tylko jej doświadczysz lub zauważysz, że ktoś jej doświadcza i potrzebuje pomocy skorzystaj z instytucji i specjalistów którzy mogą cię wesprzeć.

Centrum Praw Kobiet.

Fundacja ta oferuje pełne wsparcie dla kobiet doświadczających przemocy. Pierwszy krok to kontakt telefoniczny. Na stronie dostępna jest ankieta dla osób nie wiedzących czy to JUŻ ten moment, kiedy trzeba sięgnąć po pomoc. Ponadto fundacja prowadzi przyjęcia do Specjalistycznego Ośrodka Wsparcia i daje schronienie dla kobiet i dzieci doświadczających przemocy.

<https://cpk.org.pl/pomoc/pierwszy-kontakt/>

Fundacja pozytywnych zmian.

Fundacja działa w obszarze pomocowym, edukacyjnym i strażniczym. Prowadzi darmowe porady prawne dla osób doświadczających przemocy. Prowadzi też spotkania, na których

poruszane są kwestie alimentów, rozwodu, eksmisji osoby przemocowej, podziału majątku itp.

<https://pozytywnezmiany.org/>

Fundacja pomoc kobietom i dzieciom.

Celem Fundacji jest pomoc ofiarom przemocy domowej od chwili zgłoszenia zawiadomienia aż do końcowego momentu czyli eksmisji sprawcy przemocy ze wspólnego miejsca zamieszkania. W ramach swoich działań statutowych fundacja oferuje pomoc prawną, psychologiczną i seksuologiczną. W ramach działań można też skorzystać z grupy wsparcia i zajęć z emisji głosu.

<http://www.przemockid.pl/o-nas>

Specjalistyczny Ośrodek wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie – LUBLIN

To lubelska placówka całodobowa posiadająca 25 miejsc noclegowych dla osób potrzebujących schronienia doświadczających przemocy domowej. Ośrodek oferuje bezpłatną pomoc terapeutyczną, pedagogiczną, socjalną, duszpasterską, medyczną, prawną i schroniskową. W ośrodku jest możliwy pobyt stacjonarny do 3 miesięcy.

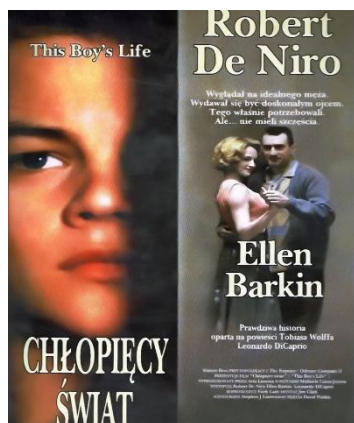
Organem prowadzącym jest Fundusz Obrony Życia Archidiecezji Lubelskiej

ul. Chmielewskiego 9, 20-620 Lublin

Tel. 81 525 42 08

e-mail:dyrektor@dsm.lublin.pl

<http://fozal.pl/index.php>



W ramach budowania wrażliwości na problem przemocy domowej warto obejrzeć film z 1993 roku w reżyserii Michael Caton-Jones, w którym oczami nastolatka możemy zapoznać się i doświadczyć, w bezpiecznej roli widza, mechanizmu przemocy domowej a także jej skutków.