



СТРОИТЕЛНО

Изграждане на доверие - сесия 4 и сесия 5

Чрез свидетелство и преживяване на домашно насилие доверието между майки, деца и братя и сестри може да бъде накърнено. Изследванията показват, че децата не само стават свидетели на насилието, но и изпитват неговите последици пряко и косвено. „Нараства осведомеността за преживяванията на децата от домашно насилие. Това понякога се нарича „свидетел“ на насилието, но това не успява да обхване начините, по които децата са заловени в случаи на насилие. Освен това не успява да признае, че далеч от това да гледат пасивно децата да преживяват насилието с всичките си сетива” (Devaney, 2015). Децата могат да се чувстват гневни или недоволни към майка си, тъй като родителят, който не злоупотребява, не е предотвратил насилието, не ги е запазил или е напуснал обидната среда достатъчно скоро.

Децата понякога могат да почувстват, че майка им е безопасно лице, за да излее гнева или разочарованието си и когато не съществува контакт с насилника им, те са единственият възрастен и следователно могат да получат пълна отговорност в очите на детето. Когато насилникът не е баща на едно или на всички деца, често може да има чувство на негодувание и гняв, че майка им е избрала този мъж, който след това ги е малтретирал. Динамиката на възприеманата сила във взаимоотношенията с възрастни деца може да повлияе на реакциите към родителя, който не злоупотребява, тъй като те могат да ги видят като способни да променят или прекратят насилието, което често води до липса на доверие в семейството.

Като алтернатива насилникът често ще кооптира едно дете да злоупотребява със семейството или да има любимо дете, което е било третирано по различен или по-добър начин от останалите, което може да доведе до проблеми със семейната динамика и възстановяване при деца и / или майка, възмутена от един или повече членове на семейството. Извършителите на злоупотреба са редовно убедителни, уверени в своите убеждения и пренебрежителни към майката, което води до това, че децата вярват на фалшивия им разказ и обвиняват майката за преживяното насилие.

Децата, които са живели с несъответстващи граници и нарушени обещания, могат да се борят да се доверят на майките си поради тези несъответствия и предишни помирения. Следователно е жизненоважно да помогнем на семействата да започнат да възстановяват доверието си чрез последователност, открит честен (подходящ за възрастта) диалог и търсене на положителни твърдения.

Сесии 4 и 5 се стремят да идентифицират и разширят положителните връзки, които вече са в семейството, да успокоят и насърчат споделените проблеми, като идентифицират както вътрешни, така и външни възможности за подкрепа в подкрепяща и забавна среда.

СЕСИЯ 4: НАШИТЕ НАЧИНИ ЗА ПОДКРЕПА

Сесия 4 Цел

Да разгледаме какво е доверието и да изградим доверие в семействата

Въведение

5 минути

Повторно ограничаване на последната сесия, включвайте ключови точки:

- Какво е уважението
- Кого уважавам

Кажете нещо хубаво. Съберете в поддържащите листове за упражнения и получите обратна информация за това колко лесно или трудно са го намерили. Обсъдете Respect Bingo и помислете дали да дадете награди за най-завършените. Попитайте семействата за обратна връзка относно направените или забелязани промени. Насърчавайте положителните отзиви.

Дейност 11 Разходка с доверие



10 минути

Накарайте семействата да работят в екипи, завържете очите на един член на първото семейство и ги помолете да заемат позиция на стартовата линия. След като им завържат очите, поставете парче ламинирана хартия с надпис „завършек“ върху него някъде на пода. Помолете семейството, използвайки само техния глас, за да насочи члена на семейството си до финалната площадка и да застане директно вътре. Всяко семейство се редува, за да изпълни задачата. Попитайте какво е чувствал човекът със завързани очи и оценете представянето му. Попитайте човека, който е със завързани очи, какво е усещането и какви са най-големите им страхове, дали те смятат, че семейството им е свършило добра работа?



Необходими материали:

- Със завързани очи
- Обекти като столове и маси за пътя с препятствия
- Хартия за финалната линия

Изоляция

Комуникация
и уважение

Изграждане
на доверие

Управление на
емоциите

Положително
и

Помолете семействата да седят в полукръг или кръг. Дайте на всеки един лист хартия и ги помолете да напишат едно нещо, за което се притесняват, което им е удобно да споделят анонимно с групата. Като фасилитатор на групата вие също трябва да вземете участие. Посъветвайте групата, че притесненията ще бъдат прочетени и обсъдени като голяма група, споделянето на нашите притеснения ни помага да ги разгледаме в перспектива и също така ни помага да осъзнаем, че не сме сами и другите често споделят същите притеснения, които правим. Притесненията ще се четат поотделно и ще се обсъждат като група, съветите как да се минимизират, премахнат или намалят притесненията ще дойдат от опита на групата и от фасилитатора. Напомнете на групата, че никакво притеснение не е глупаво, глупаво или не си струва да се обсъжда, защото това е нещо, което ги засяга. Повторете правилата на групата и ги посъветвайте да уважават преживяванията и чувствата на другите. В зависимост от размера на групата и доколко групата желае да сподели истинските си притеснения, може да искате да добавите някои от списъка¹, това също може да помогне на групата да се чувства комфортно, тъй като притесненията няма да са от групата.



Необходими материали:

- Лист от хартия
- Химикалки / моливи, достатъчни за по един
- Примери

Пленарно заседание

10 минути

Напомнете на семействата какво са обхванали тази сесия, включете целите на курса, целта на сесията, Разходка с доверие и Споделяне на притеснението.

Попитайте семействата дали им е било приятно да участват и дали има нещо, което са научили от тази сесия.

- Въведете поддържащото упражнение
- Представете сесия 5: Тази сесия е за Нашите роли и мрежи

¹ Примерите за притеснения са намерени на страница 68



Подкрепящо упражнение 4: Дневник на доверието

Водете дневник с примери²когато трябва да се доверите на някого. Как се почувства това? Надеждни ли бяха?



Необходими материали:

- Документ за доверие
- Химикалки / моливи, достатъчни за по един



Разширение Дейност 4: Време за доверие

Посъветвайте семействата, че има опция за завършване на разширената дейност³с техния помощник. Тази сесия ще разглежда положителния и отрицателния опит на семействата за доверие помежду си.

Изоляция

Комуникация
и уважение

Изграждане
на доверие

Управление на
емоциите

Положително
и

² Подкрепящо упражнение 4 работен лист е намерен на страница 69

³ Работен лист за разширение 4 се намира на страница 70

Споделяне на притеснението



Че няма да съм в безопасност, когато напусна убежището / мястото на безопасност



Че когато отида в ново училище, никой няма да ме хареса



Че ще бъда като извършителя



Че всички мъже са насилници / насилници



Че злоупотребата е по моя вина



Че това се случи, защото бях непослушен или се държах зле



Когато някой вика или ми се ядосва

Успокойте групата, че притесненията са нормални и че когато се доверяваме на някого и споделяме тези притеснения, това често ги прави малко по-лесни за живеене. Важно е да поговорим за това какви мерки има, за да ги запазим в безопасност като планиране на безопасността, съдебни разпореждания и т.н.

Работен лист: Подкрепа на упражнение 4

Дневник на доверието



Доверие дневник

Ден

Какво стана:

На кого се доверих:

Как се чувствах:

Какво стана:

На кого се доверих:

Как се чувствах:

Какво стана:

На кого се доверих:

Как се чувствах:

Какво стана:

На кого се доверих:

Как се чувствах:

Какво стана:

На кого се доверих:

Как се чувствах:

Работен лист: Дейност за разширяване 4Време за доверие



Необходими материали:

- Подкрепящ работник
- Безопасно тихо и лично пространство, достатъчно голямо, за да може цялото да седи удобно около маса или на пода
- Работен лист за разширението
- Голям лист хартия или 1 по-малък парче
- Няколко писалки с различен цвят, поне по една на човек
- Цветни маркери
- Дървена лъжица, топка или мече

В тази сесия е много важно да се определят ясни основни правила, никой да не прекъсва, всеки да говори само за себе си и за собствения си опит и да се спазват съперничеството на другия. Всички членове на семейството ще имат своя ред. Ако това се окаже проблем, можете да имате дървена лъжица, плюшено мече или топка и само човекът с този предмет или водещият трябва да говори. Посъветвайте семейството, че трябва да предадете обекта на следващия човек, който иска да говори, след като вашият ред приключи.

Фасилитаторът трябва да действа като посредник. Помолете семейството да има имената на всеки член на семейството си на лист хартия и под всяко име те записват за времето, когато този човек е имал доверие и времето, когато това доверие е било нарушено. Това не е обвинение и членовете на семейството трябва да използват съобщението „Аз“, за да обяснят как действията на някого са ги накарали да се чувстват. След като всички приключат, започнете с най-младия член на семейството и ги накарайте да говорят за положителното и отрицателното за всеки член на свой ред. Докато това е един член, всички останали трябва да ги уважават и да отбележат, че правят коментари, докато фасилитаторът не ги покани. След всеки ход фасилитаторът трябва да попита как се чувства човекът, чувайки както положителните, така и отрицателните страни, използвайки „Аз съобщението“.



Алтернативни упражнения

Допълнителна активност 12 Падане на доверието



10 минути

Един член на семейството стои отпред с гръб към останалите членове на семейството им, които стоят в линия или полукръг около тях. Подкрепящите членове на семейството изваждат ръце и върховете на пръстите към тавана, готови да хванат члена на семейството пред тях. Членът отпред бавно се обляга назад и нека сами паднат, семейството отзад ги хване и внимателно ги избута обратно в изправено положение. Повторете упражнението с децата в семейството. Обсъдете как са се чувствали и колко лесно е било да се доверят на семейството си.

Допълнителна активност 13 Вдигнете го



15 минути

Семейството образува кръг с плоски показалци на земята, поставете обръч върху пръстите си и ги помолете да го вдигнат, без да го пускат. Обсъдете трудностите и успехите.



Необходими материали:

- Обръч

Изоляция

Коммуникация
и уважение

Изграждане
на доверие

Управление на
емоциите

Положително
и

