

A black and white photograph of two young boys in a canoe on a body of water. Both boys are wearing white life jackets and are looking towards the right. The water is dark with some ripples. The text is overlaid on the upper part of the image.

Börn er orðið hafa vitni að
heimilisofbeldi

Hvers vegna hópastarf?



Létta launung af heimilisofbeldi.

- Tala við og heyra sögur annarra barna.
 - Brjótast í gegnum þagnarmúr
 - Skapa sína eigin lífssögu
- Sögu sem í meira mæli mótist af
 - stolti, sjálfsvirðingu og hugrekki
 - í stað sektarkenndar og skammar.



Úrvinnsla tilfinninga tengdum heimilisofbeldi

- Börn þurfa oft að berjast við gagnstæðar tilfinningar sem verða ruglingslegar og erfiðar að glíma við.
- Börn þurfa hjálp við að aðgreina tilfinningar og koma skipulagi á tilveru sína.



Hitta önnur börn með svipaða reynslu

- Börn þurfa að skilja að þau eru ekki ein.
- Samtöl barna í millum hafa sterkt meðferðarlegt gildi.



Átta sig á spurningum varðandi sekt og ábyrgð.

- Þessir þættir eru oft mjög ruglingslegir fyrir börn sem hafa orðið vitni að/sætt heimilisofbeldi.
- Með umræðum um sekt og ábyrgð geta börnin í hópnum stutt hvert annað.



Hvað eru eðlileg viðbrögð við heimilisofbeldi?

- Reynslan sýnir að börn vanmeta oft sjálf sig og viðbrögð sín þegar ofbeldi á sér stað.
- Börn þurfa að fá að vita að viðbrög þeirra eru eðlileg viðbrögð við erfiðum aðstæðum
- Börn bregðast mismunandi við til þess að þola illþolanlegar aðstæður.

Öryggi barna



- Börnin hafa lifað við ótryggt umhverfi og þurfa nauðsynlega á griðastað að halda þar sem þau geta óttalaust talað um reynslu sína.

Áfallaúrvinnsla



- Hjálpa börnunum með skipulögðum æfingum að vinna úr þeim áföllum er þau hafa orðið fyrir.
- Styrkja sjálfsmynd þeirra og gera þeim kleift að setja hlutina í samhengi



Meta styrkleika

- Styrkleikar lenda oft í skugga alls hins neikvæða sem börnin hafa upplifað.
- Undirstrika þarf styrkleikana og hið jákvæða til að gera börnin öflugri í að móta líf sitt og framtíð.

Sjálfsmýndin.

- Sjálfsmýndin er oft býsna brotin og allt hópstarfið miðar að því að styrkja sjálfsmýnd barnanna og draga fram ágæti þeirra.





Hópfundur 1

- Upphaf.
 - Kynning á hópnum,
 - leiðbeinendur, þátttakendur.
- Upplýsingar
 - um staðinn,
 - reglur (þagnarskylda)
 - hver tilgangurinn er
- Að “finna” hvert einstakt barn og mæta því þar sem það er.
- Hvati til að halda áfram.

Hópfundur 2



- Megintema: Hvað er ofbeldi ?
 - Nálgast ofbeldishugtakið frá öllum hliðum.
 - Deila reynslu...svifta leyndarhulunni af.
 - “Þú ert ekki ein/n um þessa reynslu.”
 - “Það sem hinn fullorðni hefur gert er rangt.”

Hópfundur 3



- Átta sig á tilfinningum er tengjast ofbeldi.
- Ræða ábyrgð og sekt.
- Kenna notkun tilfinningaskala.

Hópfundur 4



- Meginefni: Tengsl.
- Fjölskyldan og vinir mínir
- Mikilvæg tengsl....teikna...lýsa.

Hópfundur 5



- Hvað hefur ofbeldið gert fjölskyldu minni.
- Hvaða hlutverk hefur barnið í fjölskyldunni.
- Hvað má ..hvað má ekki ?
- Hvernig stjórnar ofbeldið okkur ?

Hópfundur 6



- Hvaða áhrif hefur ofbeldið haft á mig ?
- Eðlileg viðbrögð við ofbeldi.
- Börn bera ekki ábyrgð né hafa ástæðu til að skammast sín.

Hópfundur 7



- Öryggi.
- Hvað geta börn gert þegar ofbeldi hefst ?
- Hvaða ráð geta þau gefið hvort öðru ?

Hópfundur 8



- Pabbi og mamma hvernig eru þau?
- Unnið úr tilfinningaflóru tengdri foreldrum.
- Hvernig hafa börnin brugðist við?

Hópfundur 9



- Framtíðardraumar...mikilvægar ákvarðanir.
- Ræða um næsta skifti sem það síðasta...
- Undirbúa endinn með börnunum.

Hópfundur 10



- Lok hópfunda.
- Mat á stöðu og árangri.



Hvað segja rannsóknir um upplifun barna af heimilisofbeldi?

- Börn segja fyrst og fremst að þau séu hrædd.
 - Fyrir marga er óttinn um höfnun yfirsterkari óttanum um ofbeldi.
 - Börn bregðast við með ýmsum hætti:
 - T.d. Fara að valda truflun
 - Hugga
 - Reyna að leysa vandann.
 - Leggja áhersluna á tilfinningar foreldra og gleyma sjálfum sér.
-)



Hvað segja rannsóknir.....frh.(2)

- Mörg börn segja andlega ofbeldið verra hinu líkamlega.....ógnandi andrúmsloft, þögnin o.s.frv.
- Mörg börn tjá sig um tilfinningastríð ...þykja vænt um ..og hata.
- Mörg börn tala um tilfinningar eins og skömm,ótta, að bera ábyrgð,fyrirlitningu o.s.frv.



Hvað segja rannsóknir um upplifun barna af heimilisofbeldi? (3)

- Viðbrögð frh.:
 - Raunveruleikafloppi.
 - Draga sig í hlé (fara inn í sig)
 - Fíkniefnaneysla
 - Sjálfsmorðstilraunir ... o.fl.
- (Weinhall, Roseby, Mullender, Forsberg o.fl.)