

SPRAWOZDANIE MERYTORYCZNE
Z DZIAŁALNOŚCI STOWARZYSZENIA „INTRO”
za rok 2019

I. Pełna nazwa organizacji:

Stowarzyszenie INTRO

II. Rejestr, numery identyfikacyjne:

1. Numer w Krajowym Rejestrze Sądowym lub w innym rejestrze **0000217537**

2. NIP **8951823283** REGON **933027548**

3. Data wpisu lub rejestracji **17.09.2004**

III. Adres, telefon, e-mail:

Wrocław, kod 50-244 Wrocław, pl. Św. Macieja 4/5/6

Tel. 603-646-436

e-mail: intro@psychotekst.com

IV. Zarząd:

Małgorzata Osipczuk prezes zarządu stowarzyszenia.

Katarzyna Paikert skarbnik

Małgorzata Tyszkowska sekretarz

V. Cele statutowe organizacji:

1. Zwalczanie zjawiska bezradności wśród osób znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej.
2. Stworzenie możliwości powrotu do zdrowia i readaptacji społecznej osób uzależnionych, zagrożonych uzależnieniem i członków ich rodzin.
3. Ochrona i promocja zdrowia oraz propagowanie zdrowego stylu życia.
4. Podnoszenie świadomości społecznej w zakresie przemocy, uzależnień i problemów psychicznych.
5. Inspiracja integracji i wzajemnej pomocy społecznej poprzez prowadzenie działalności wydawniczej, edukacyjnej, szkoleniowej, profilaktycznej, terapeutycznej, rehabilitacyjnej i resocjalizacyjnej.
6. Doradztwo we wdrażaniu rozwiązań internetowych i pomocy online.
7. Zaszczepienie nowoczesnych form pomocy psychologicznej na polski grunt.
8. Rozwijanie idei pomocy internetowej, rozpowszechnianie wiedzy i badań na temat pomagania w środowisku internetowym.
9. Zwiększanie zaufania społecznego do zawodu psychologa, psychoterapeuty.
10. Podnoszenie świadomości społecznej na temat psychoterapii, interwencji kryzysowej i pomocy internetowej.
11. Upowszechnianie standardów etycznych obowiązujących w zawodach psychologa, psychoterapeuty, interwenta kryzysowego zarówno w pomocy tradycyjnej, jak i internetowej.
12. Przełamywanie mitów, stereotypów i uprzedzeń dotyczących nowoczesnych form pomocy psychologicznej.

13. Upowszechnianie i ochrona praw kobiet oraz działalność na rzecz równych praw kobiet i mężczyzn.
14. Propagowanie i kształtowanie wszechstronnego rozwoju społeczeństwa.
15. Działalność edukacyjno - wychowawcza, działalność w zakresie edukacji nieformalnej i poza-formalnej oraz działalność na rzecz nauki, szkolnictwa wyższego, edukacji, oświaty i wychowania.
16. Upowszechnianie kultury i sztuki, ochrona dóbr kultury i tradycji.
17. Pomoc społeczna, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób.
18. Działalność charytatywna i stypendialna.
19. Działalność na rzecz integracji i reintegracji zawodowej i społecznej osób zagrożonych wykluczeniem społecznym.
20. Działalność na rzecz mniejszości narodowych i etnicznych oraz języka regionalnego.
21. Przeciwdziałanie wykluczeniu osób starszych oraz integracja międzypokoleniowa.
22. Działalność na rzecz rodziny, macierzyństwa, rodzicielstwa, upowszechniania i ochrony praw dziecka oraz działanie na rzecz integracji rodziny.
23. Działalność wspomagająca rozwój wspólnot i społeczności lokalnych.
24. Działalność na rzecz zrównoważonego rozwoju miasta i wsi.
25. Działalność na rzecz ekologii i ochrony zwierząt oraz ochrony dziedzictwa przyrodniczego.
26. Upowszechnianie i ochrona wolności i praw człowieka oraz swobód obywatelskich, a także działań wspomagających rozwój demokracji.
27. Działanie na rzecz integracji europejskiej oraz rozwijania kontaktów i współpracy międzynarodowej.
28. Tworzenie płaszczyzny współpracy i wymiany doświadczeń między osobami, grupami nieformalnymi, instytucjami, organizacjami pozarządowymi, władzami samorządowymi i państwowymi, przedsiębiorcami i ich organizacjami których działania w jakikolwiek sposób korespondują z działaniami statutowymi Stowarzyszenia.
29. Wdrażanie nowatorskich osiągnięć naukowych.

VI. Liczba członków:

16 osób

VII. Opis problemu na jaki odpowiada nasza organizacja:

Głównym obszarem naszych działań jest rozpowszechnianie wiedzy psychologicznej, w szczególności w zakresie psychoterapii, interwencji kryzysowej i pomocy internetowej. Świadczymy pomoc psychologiczną drogą internetową oraz w punkcie konsultacyjnym we Wrocławiu, publikujemy e-booki i artykuły na Portalu Pomocy Psychologicznej Psychotekst.pl, organizujemy i prowadzimy szkolenia, współpracujemy z mediami. Do realizacji naszych działań często wykorzystujemy zalety Internetu - jego elastyczność, ekonomiczność, popularność, łatwość dostępu,

anonimowość, interaktywność. Jesteśmy jednak świadomi także jego ograniczeń: specyfiki komunikacji, braku bezpośredniego kontaktu, konieczności posiadania podstawowych umiejętności obsługi komputera.

Ideą, która nam przyświeca, jest pokazanie, iż nie jesteśmy bezradni w otaczającym nas świecie. Możemy, wykorzystując tkwiący w nas potencjał i korzystając z dostępnych nam technik, terapii, grup wsparcia, treningów, korygować i modelować naszą osobowość, wpływać na swój wewnętrzny rozwój, zwalczać negatywne skłonności, łagodzić cierpienie.

Jako jedni z pionierów w Polsce udostępniamy pomoc psychologiczną za pomocą usług internetowych (czat, fora dyskusyjne, listy mailingowe, e-mail,). W tym celu w 2000 roku powstał internetowy portal psychologiczny www.psychotekst.pl działający nieprzerwanie i zyskujący coraz większe zainteresowanie Internautów, adresowany do tych, którzy cierpią i szukają dla siebie wsparcia.

VIII. Zrealizowane programy i projekty w 2019 r.:

VIII a)Wykonanie zadania publicznego:

POMOC PSYCHOSPOŁECZNA I PRAWNA OFIAROM PRZEMOCY DOMOWEJ ORAZ OSOBOM W SYTUACJI KRYZYSOWEJ -

Wolni od Przemocy

w okresie od 01.02.2019 do 31.12.2019

określonego w umowie nr D/WZD/2298/4/201 9-2020

zawartej w dniu 01.02.2019 z

Gminą Wrocław

(nazwa Zleceniodawcy)

Sprawozdanie z realizacji tego zadania złożyliśmy w terminie w Biurze ds. Partycypacji Społecznej Urzędu Miasta Wrocławia.

Idea projektu: W dzisiejszym świecie Internet jest często pierwszym miejscem, gdzie szukamy informacji, wiedzy o danym problemie i wsparcia. Przemoc i uzależnienia są najczęściej spotykaną problematyką w internetowej pomocy. Często więc poradnictwo online odgrywa rolę motywującą do dalszych kroków w przeciwdziałaniu przemocy. Pomaga zminimalizować wstyd i lęk klientów i jednocześnie jest pomostem do dalszej pomocy realizowanej przez nas (lub inne instytucje) w ramach lokalnej pomocy. Konsultanci online (czaty i punkt email) pomagają w doborze odpowiedniej formy dalszych działań, obniżają lęk przed specjalistyczną pomocą, edukują na jej temat, pomagają "otworzyć się" klientom i zaufać dalszemu wsparciu. W części sytuacji proces pomocy online daje wystarczające efekty pozytywne, tzn. klienci wprowadzają zmiany i działają w kierunku rozwiązania kryzysu na bazie współpracy z psychologiem, interwentem kryzysowym - internetowym. Pomocy online poszukują często osoby młode – w tym nastolatki, które obawiają się pójścia po pomoc w świecie rzeczywistym. W tej grupie są też osoby budujące związki partnerskie, w których pojawiają się pierwsze przejawy przemocy (zarówno ofiary, jak i sprawcy). Oddziaływania

podjęte wobec tej populacji mają więc charakter nie tylko terapeutyczny, ale też i wczesnej interwencji oraz profilaktyki. Zauważyliśmy też, że dzięki formie online zgłaszają się osoby uzależnione od alkoholu we wcześniejszych stadiach rozwoju choroby i po pierwszych epizodach używania przemocy.

Poradnictwo i wsparcie psychologiczne w ośrodku INTRO we Wrocławiu jest poszerzeniem dostępności specjalistycznej pomocy psychologicznej dla osób zmagających się z kryzysem i przemocą. Od 2007 roku na zlecenie Gminy Wrocław prowadzimy serwis internetowy Wrocławskiej Kampanii Przeciwdziałania Przemocy. By szerzyć społecznie wiedzę będziemy nadal wzbogacać serwis w treści edukujące nt. przemocy, kryzysu i sposobów pomocy specjalistycznej oraz informacje o pomocy na terenie Wrocławia. Na stronie kampanii będzie pracował zespół wykwalifikowanych i doświadczonych konsultantów – interwentów kryzysowych online poprzez e-mail. Szczególnie palącą potrzebą jest rozbudowanie i całoroczne czuwanie nad aktualnością bazy danych o miejscach, instytucjach i osobach świadczących pomoc dla osób z kręgu przemocy, kryzysu i uzależnień. Ponadto będziemy nadal zamieszczać ogłoszenia dotyczące przedsięwzięć innych organizacji i instytucji z terenu Wrocławia, które mogą zainteresować czytelników strony

Beneficjenci projektu:

- dla osób podlegających przemocy
- dla osób po doświadczeniu przemocy, borykających się z jej skutkami psychologicznymi
- dla członków rodzin z problemem uzależnienia
- dla młodych dorosłych usamodzielniających się, pochodzących z rodzin z problemem uzależnienia i przemocy
- dla osób z tendencjami agresywnymi
- dla osób w kryzysie
- dla par i małżeństw w konflikcie
- dla par i małżeństw po terapii uzależnień i współuzależnienia – nauka wspólnych potrzeb i zapobieganie agresji
- dla rodzin w kryzysie (dorośli plus dzieci)

Miejsce realizacji zadania publicznego

Wrocław:

lokalny ośrodek wsparcia Stowarzyszenia INTRO mieszczący się w lokalu przy Pl.Świętego Macieja 4/5/6, 50-244 we Wrocławiu,

Internet:

serwis internetowy Wrocławskiej Kampanii Przeciwdziałania Przemocy www.kampaniaprzemoc.pl

Portal Pomocy Psychologicznej www.psychotekst.pl

Zrealizowane zadania:

Udzieliliśmy pomocy osobom doświadczającym przemocy w formie informacji, edukacji, motywowania do zmiany swojej sytuacji, wsparcia psychologicznego, diagnozy sytuacji i poziomu zagrożenia, opracowanie możliwości/planu działania dla klienta. Udzieliliśmy również pomocy osobom, które doświadczyły przemocy w historii swojego życia – np. w dzieciństwie lub w byłym związku partnerskim. Ta pomoc psychologiczna była jednocześnie profilaktyką przyszłych zranień i obniżeniem ryzyka powtórzenia roli ofiary lub sprawcy przemocy. Dzięki świadczeniu pomocy również w Internecie ułatwiliśmy dostęp do niej dla młodzieży zagrożonej przemocą (pomoc na czacie i w punkcie e-mail). Popularyzowaliśmy wiedzę nt. przemocy i uzależnień oraz edukowaliśmy społecznie w celu zwiększenia świadomości siebie, zaradności, umiejętności wychodzenia z kryzysów, poprzez rozwój strony www.kampaniaprzemoc.pl (artykuły, wywiady, recenzje, baza danych miejsc pomocy psychologicznej, prawnej itp., ogłoszenia).

Wspieraliśmy i koordynowaliśmy samopomoc poprzez internetowe grupy wsparcia na forach (uzależnienia, problemy w związkach, Dorosłe Dzieci Alkoholików, depresja, rodzice) i grupę liderowaną przez psychologów na czacie. Podnieśliśmy poziom wiedzy i świadomości społecznej mieszkańców Wrocławia dot. przemocy w rodzinie poprzez rozbudowę strony www.kampaniaprzemoc.pl w tym odnowioną bazę miejsc pomocy dla osób z tematu przemocy, kryzysu i uzależnień, zamieszczanie ogłoszeń o aktualnej ofercie dla beneficjentów realizowanej przez inne organizacje i innych tego typu wydarzeniach. Udzieliliśmy pomocy psychologicznej osobom doświadczającym przemocy lub znajdującym się w sytuacji kryzysowej oraz udzieliliśmy informacji o miejscach wsparcia psychologicznego i pomocy prawnej ofiarom przemocy oraz terapii dla sprawców przemocy poprzez wsparcie psychologiczne i informacyjne w ośrodku, wsparcie poprzez konsultacje internetowe, wsparcie w Punkcie Pomocy E-Mail przez interwentów. Prowadziliśmy internetowe poradnictwo psychologiczne, edukację i informowanie dotyczące przeciwdziałania przemocy domowej i uzależnieniom poprzez konsultacje internetowe: grupowe i indywidualne ze specjalistami na czacie oraz konsultacje w Punkcie Pomocy E-Mail. Część naszych beneficjentów stanowiły młode osoby pochodzące z rodzin dysfunkcyjnych (przemoc, uzależnienia, zaniedbania), dla których nasza pomoc stała się wsparciem w usamodzielnianiu się i budowaniu zdrowszego życia. W tej grupie były też osoby budujące związki partnerskie, w których pojawiały się pierwsze przejawy przemocy (zarówno ofiary, jak i sprawcy). Oddziaływania podjęte wobec tej populacji miały charakter nie tylko terapeutyczny, ale też i wczesnej interwencji oraz profilaktyki, która ułatwiała im przejście tego progu, usamodzielnianie się w zdrowy sposób, zmniejszanie ryzyka zaburzeń emocjonalnych. Nasza pomoc dla beneficjentów, którzy doświadczyli przemocy w swoim życiu stała się również profilaktyką przyszłych zranień i obniżeniem ryzyka powtórzenia roli ofiary lub sprawcy przemocy poprzez: - zdobycie wiedzy z zakresu przemocy - zbudowanie pozytywnego obrazu siebie, umiejętności asertywnej ochrony własnych granic, świadomości swoich potrzeb, - korygujące doświadczenie – bycia wspieranym, rozumianym i akceptowanym jako osoba doświadczająca kryzysu bądź przemocy - uświadomienie sobie tego, jaką siecią wsparcia dysponują i w jaki sposób mogą ją powiększać, - zdobycie informacji o możliwych formach pomocy specjalistycznej i miejscach gdzie taką pomoc można uzyskać. O jakość naszej oferty dbaliśmy poprzez superwizje zespołowe na zamkniętym forum internetowym, oraz cykliczne zebrania - superwizje grupowe realizatorów i wolontariuszy w siedzibie stowarzyszenia INTRO.

Skala liczbowa działań:

1. Poradnictwo i wsparcie psychologiczne w ośrodku INTRO

ilość przyjętych osób: 27, ilość udzielonych porad: 194

2. Punkt Pomocy E-mail - Serwis internetowy Wrocławskiej Kampanii Przeciwdziałania Przemocy www.KAMPANIAPRZEMOC.PL

ilość przyjętych osób: 86 osób, ilość porad: łącznie 233 wiadomości e-mail opracowanych przez konsultantów punktu dla jego klientów

3. "Internetowa Pomoc Psychologiczna na czacie grupowym i konsultacje indywidualne" - czat na Portalu www.psychotekst.pl w wybrane poniedziałki i czwartki dwugodzinie: ilość czatów: 46

ilość udzielonych porad (priv): 30, frekwencja na czacie grupowym : średnio 6 osób w grupie

4. Serwis internetowy Wrocławskiej Kampanii Przeciwdziałania Przemocy www.KAMPANIAPRZEMOC.PL - ogłoszenia i informacje, baza miejsc pomocy – aktualizacja, rozbudowa o nowe treści z tematyki przemocy, informacje o wydarzeniach lokalnych związanych z przeciwdziałaniem przemocy

5. Odwiedzalność serwisu www.kampaniaprzemoc.pl w okresie luty-grudzień 2016r.: 17.525 unikalnych osób

6. Odwiedzalność portalu www.psychotekst.pl w okresie luty-grudzień 2016r.: 166.616 unikalnych osób

VIII b) Wykonanie zadania publicznego:

ROZSZERZENIE DOSTĘPU DO POMOCY PSYCHOSPOŁECZNEJ I PRAWNEJ OFIAROM PRZEMOCY DOMOWEJ ORAZ OSOBOM ZNAJDUJĄCYM SIĘ W SYTUACJI KRYZYSOWEJ - WROCŁAWSKI OŚRODEK POMOCY PSYCHOLOGICZNEJ

I PRAWNEJ DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH

STOWARZYSZENIA INTRO

Od: 2019-09-02 Do: 2019-12-31

na podstawie umowy nr D/WZD/2416/1/2019

zawartej 2019-08-29 z Gminą Wrocław

Sprawozdanie z realizacji tego zadania złożyliśmy w terminie w Biurze ds. Partycypacji Społecznej Urzędu Miasta Wrocławia.

Miejsce realizacji zadania:

1. lokalny ośrodek wsparcia Stowarzyszenia INTRO mieszczący się w lokalu przy Pl. Świętego Macieja 4/5/6, 50-244 we Wrocławiu; Telefon obsługiwany z ośrodka INTRO we Wrocławiu w sprawach projektu – dla beneficjentów oraz dla instytucji: nr telefonu 881-220-440

2. profil na portalu społecznościowym FaceBook <https://www.facebook.com/stowarzyszenie.intro/>

3. w szczególnych sytuacjach miejsce pobytu osoby pokrzywdzonej /szpital, dom, ośrodek/ - pomoc prawnika i psychologa wyjazdowa /gmina Wrocław/ Grupa docelowa Osoby pokrzywdzone przestępstwami znęcania się nad

członkiem najbliższej rodziny, groźbami karalnymi, uporczywym nękaniem, niealimentacją, pobiciem oraz w kryzysie - związane z gminą Wrocław, w tym osoby objęte procedurą Niebieskich Kart przez Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie we Wrocławiu; Użytkownicy portalu społecznościowego FaceBook obserwujący profil Stowarzyszenia, w tym pokrzywdzeni przemocą, osoby w kryzysie, ich bliscy i świadkowie przemocy.

Cele:

1. Obniżenie skutków zdrowotnych i społecznych przemocy w grupie odbiorców zadania
2. Obniżenie ryzyka możliwej wtórnej wiktyimizacji ofiar przemocy dzięki poradnictwu i edukacji o ich prawach i możliwościach
3. zwiększenie szans dochodzenia swoich praw przez ofiary przemocy dzięki poradom i pismom prawnym oraz przygotowaniu do procedur karnych i innych sądowych
4. odbarczenie z poczucia winy, wstydu, lęku osoby korzystające z pomocy psychologicznej, będące w roli ofiary lub świadka przemocy
5. umocnienie interdyscyplinarnej współpracy zwł. przy procedurze Niebieskich Kart
6. zwiększenie społecznej wiedzy na temat przemocy wśród użytkowników Internetu w czasie trwania projektu i lata po jego zakończeniu

Skala liczbowa działań:

1. Ilość osób, które skorzystały z pomocy psychologicznej Ośrodka: 25
2. Ilość osób, które skorzystały z pomocy prawnej Ośrodka: 34
3. dostępność pomocy psychologicznej - ilość godzin dyżuru: 120
4. dostępność pomocy prawnej - ilość godzin dyżuru: 100
5. dostępność wsparcia osób pierwszego kontaktu - osobistego i telefonicznego - ilość godzin dyżurów: 630 godzin
6. ilość postów psychoedukacyjnych na portalu społecznościowym FaceBook: 80

DZIAŁANIA POZADOTACYJNE:

1. Udział w pracach Zespołów Interdyscyplinarnych ds. Przeciwdziałania w Rodzinie w Środzie Śląskiej i we Wrocławiu /w grupie merytorycznej, przy zakładaniu i zamykaniu procedur Niebieskich Kart, w zebraniach ogółu zespołu, w przygotowaniu kampanii społecznej/
2. Udział w Akcji One Billion Raising – prelekcja w przestrzeni publicznej
3. Partner społeczny przy uruchamianiu Centrum NGO w Środzie Śląskiej
4. Współorganizacja, promocja i udział w debacie Koncertu Sounds Like Women /z udziałem m.in. Renaty Przemek i Eweliny Flinty/
5. Udział w V interdyscyplinarnej Konferencji Naukowej „**Więzi, które chronią. Język, który nie rani**” z prelekcją **Słowa niszczą, słowa leczą. O mocy słów w relacji przemocy i pomocy – z praktyki organizacji pozarządowej**”
6. Udział w III Wrocławskim Forum Organizacji Kobietych – zaprezentowanie działalności organizacji oraz przedstawienie inspiracji do pracy na rzecz kobiet we Wrocławiu.
7. Codzienne prowadzenie strony organizacji na FaceBook – edukacja społeczna realizująca cele statutowe
8. Udział w spotkaniach organizacji pozarządowych i osób działających na rzecz przeciwdziałania przemocy we Wrocławiu

9. Współprzygotowanie wydarzeń Kampanii Białej Wstążki / 25.11.2019 – 10.12.2019/ z pracownikami Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej oraz fotorelacji i informacji internetowych.

sprawozdanie sporządziła:

data:

Małgorzata Osipczuk

zatwierdzili: