
Ewaluacja projektu

Program pomocy dla kobiet bezdomnych „Praca nad kobiecością - przeciwdziałanie problemom alkoholowym realizowany w terminie od 01.08.2017r. do 30.11.2017r.

Wyniki przeprowadzonej ewaluacji projektu: Ogólne wrażenie Pań z uczestnictwa w zajęciach terapeutycznych to wysoce i w dużym stopniu zadowalające. Zdobyta wiedza i umiejętności w ocenie większości Pań były bardzo/w dużym stopniu przydatne w życiu codziennym. Ocena generalna prowadzących zajęcia terapeutyczne pod względem znajomości zagadnień, umiejętności dydaktycznych i atrakcyjności przekazu była bardzo dobra.

Najbardziej przydatne były zajęcia/ tematy dotyczące: poznawania siebie- „wydobywania informacji o cechach naszej osobowości z ukrytych zdarzeń z przeszłości bądź identyfikacji z postaciami wokół nas lub z przeszłości”, przemocy fizycznej i psychicznej, „walki z chorobą i przeszłością”, wyrażania uczuć, asertywności, jak dbać o siebie, jak pomagać sobie, dzielenia się swoimi doświadczeniami- sprawami z życia, rozwiązywania problemów wspólnych i wspólnie, rodziny, w formie warsztatu. Według Pań wszystkie tematy były interesujące trafiały do nich – „umiałyśmy się porozumieć między sobą”. Dzięki relacji z terapeutą Panie uczyły się zwracać uwagę na „wiele spraw, które do tej pory wydawały się nie ważne a były tak przydatne”.

Zajęcia terapeutyczne które zdaniem Pań wymagały by pogłębienia: to o przemocę psychiczną/ przemocę w rodzinie, dotyczące asertywności, skupienie się na wszystkich uczestnikach a nie tylko na jednej, tolerancja, wszystkie mogłyby być głębiej ujęte.

Zmiany jakie zaszły w związku z przeprowadzonymi zajęciami: więcej sympatii i zrozumienia (szacunku) dla współmieszkanek, więcej tolerancji, poprawa kontaktów między mieszkankami/ lepsza komunikacja, wzajemne pomaganie sobie, większa chęć i wola walki o siebie, dostrzeżenie problemów innych ludzi, spokój/ wyciszenie, zaistnienie postawy- „wcześniej coś przemyśle niczym podejmę jakąś decyzję żeby była pozytywna”.

Pojedyncze wypowiedzi warte zacytowania- „Dotarło do mnie, że można być całkiem innym człowiekiem zwłaszcza po terapii.”, „Podejmuję (staram się) decyzje wolne od emocji. Głównym ich celem jest analizowanie różnych scenariuszy poprzez dokonywanie przeglądu zysków i strat.”, „Tak jak koleżanki tak ja też, nauczyliśmy się wiele spraw rozwiązywać, różne sprawy w sensie żartu. Patrzymy na życie bardziej pogodnie i doceniamy siebie a to ważne.”, „Moje postępowanie się zmieniło Jestem bardziej spokojna, zaczęłam ufać ludziom.”.



Fundacja Pomocy
Chorym Psychicznie
im. Tomasza Deca



Szpital Babińskiego
w Krakowie

INSTYTUCJA
WOJEWÓDZTWA
MAŁOPOLSKIEGO

Inne uwagi dotyczące projektu: Wypowiedzi Pań bardzo pozytywne. Praca nad kobiecością pomogła w myśleniu o sobie pozytywnie- „dużo chciałabym zmienić w swoim wyglądzie i w swojej psychice i będę oto dbała i wymagała od siebie”. Zdaniem Pań program powinien być kontynuowany min.- „Coraz rzadziej myślimy o tym, że nie chce nam się żyć. Łatwiej leczymy swoją depresję. Częściej myślimy o przyszłości, a tym samym odsuwamy myśli o alkoholu.”.

Dziękujemy wszystkim osobom które uczestniczyły w projekcie.

 MAŁOPOLSKA

Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego