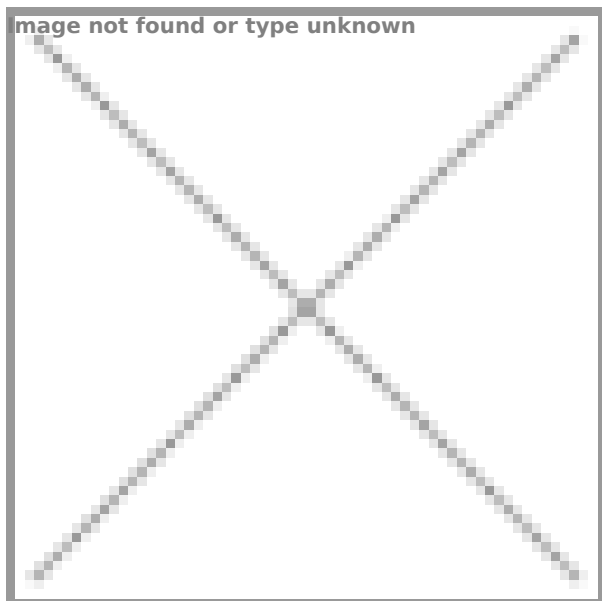


# STOP AGRESJI



Przemoc i agresja to jedne z kluczowych problemów społecznych, które często prowadzą do konfliktów, przestępstw i izolacji. Ich skuteczne przeciwdziałanie jest niezbędne w procesie resocjalizacji osób pozbawionych wolności. Od ponad czterech lat na terenie Zakładu Karnego w Krzywańcu realizowany jest program „STOP AGRESJI”, którego celem jest zmiana postaw skazanych wobec przemocy oraz nauka konstruktywnego radzenia sobie z emocjami.

## **Warsztaty, które zmieniają podejście do przemocy**

Program „STOP AGRESJI” obejmuje cykl warsztatów kierowanych zarówno do skazanych mężczyzn, jak i kobiet. Część warsztatów realizowane jest przy współpracy ze Stowarzyszeniem Pomocy Bliźniemu im. Brata Krystyna, które od lat angażuje się w działania na rzecz readaptacji społecznej osób osadzonych. Spotkania mają na celu uświadomienie uczestnikom mechanizmów powstawania agresji, naukę kontrolowania emocji oraz rozwijanie umiejętności rozwiązywania konfliktów w sposób bezprzemocowy, skupiający się na kilku kluczowych aspektach:

- Rozpoznawaniu źródeł agresji – skazani uczą się, jakie czynniki wpływają na wybuchy złości i jak można im przeciwdziałać.
- Zarządzaniu emocjami – poprzez ćwiczenia i rozmowy osadzeni pracują nad kontrolą gniewu oraz sposobami jego wyrażania w akceptowalny sposób.
- Budowaniu empatii – uczestnicy uczą się rozumienia emocji innych osób, co pomaga im w kształtowaniu bardziej pozytywnych relacji społecznych.
- Nauce alternatywnych sposobów rozwiązywania konfliktów – zamiast agresji, skazani poznają techniki mediacji i komunikacji bez przemocy.

## **Przeciwdziałanie przemocy jako element resocjalizacji**

Działania realizowane w ramach „STOP AGRESJI” są częścią szerszej strategii resocjalizacji, której celem jest przygotowanie osób odbywających karę do funkcjonowania w społeczeństwie po opuszczeniu zakładu karnego. Program nie tylko pomaga osadzonym w lepszym radzeniu sobie z własnymi emocjami, ale także wpływa na poprawę atmosfery wewnątrz jednostki penitencjarnej. Skazani, którzy uczestniczą w warsztatach, często zauważają zmianę w swoim sposobie myślenia oraz w relacjach z innymi osadzonymi.

## **Efekty i dalsze działania**

Od początku realizacji programu „STOP AGRESJI” w warsztatach wzięło udział wielu osadzonych, którzy dzięki zdobytej wiedzy i umiejętnościom są w stanie lepiej kontrolować swoje zachowanie. Program cieszy się dużym zainteresowaniem, co pokazuje, jak istotna jest potrzeba pracy nad problemem agresji w środowisku więziennym. Dzięki zaangażowaniu Stowarzyszenia Pomocy Bliźniemu im. Brata Krystyna oraz współpracy z administracją Zakładu Karnego w Krzywańcu, program będzie kontynuowany, a jego treści dostosowywane do potrzeb uczestników.

Resocjalizacja poprzez edukację i kształtowanie postaw to jeden z kluczowych elementów skutecznego powrotu do społeczeństwa. Program „STOP AGRESJI” pokazuje, że osoby pozbawione wolności mogą pracować nad sobą i zmieniać swoje podejście do przemocy. Praca nad emocjami, nauka rozwiązywania konfliktów oraz budowanie empatii to kroki, które mogą pomóc w uniknięciu powrotu do przestępczości i lepszemu funkcjonowaniu po wyjściu na wolność.

Tekst: mjr Ewa Igiel, kpt. Piotr Hamera

Zdjęcia: mjr Ewa Igiel

