

The  
**Golden**  
*thread* 

***Program edukacji rodzinnej  
dla osadzonych***

**Przewodnik dla trenerów**



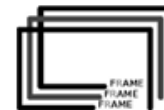
Co-funded by  
the European Union



UNIVERSITY  
OF LODZ



ATHENS  
LIFELONG  
LEARNING  
INSTITUTE



---

## Spis treści

1. Program edukacji rodzinnej dla osadzonych
  2. Wdrażanie projektu *Golden Thread* w kontekście więziennictwa: dobre praktyki i wyzwania
  3. Podstawy teoretyczne programu edukacji rodzinnej dla osadzonych
  4. Edukacja i szkolenia w centrach korekcyjnych (przykład Cypru)
  5. Rodzice jako więźniowie: Utrzymywanie relacji rodzic-dziecko
  6. Rola więzi rodzinnych w reintegracji osadzonych w jednostkach penitencjarnych
-



Szkolenie dla trenerów

## 1. PROGRAM EDUKACJI RODZINNEJ DLA OSADZONYCH

Autorki: Olga Solomontos-Kountouri, Maria Petridou,  
Louiza Michail (Theological School of the Church of  
Cyprus)



# Filozofia Programu

- Podejście nieoceniające
- Wykorzystanie edukacji jako narzędzia do rozwoju osobistego

- Empatia
- Akceptacja
- Autentyczność

## Podejście humanistyczne

- Wiara w mocne strony danej osoby zamiast kładzenia nacisku na jej deficyty (braki umiejętności, błędy).
- Wzmocnienie i upodmiotowienie jednostki

- Oferowanie drugiej szansy w życiu
- Ułatwienie powrotu do społeczeństwa
- Zmniejszanie ryzyka ponownego popełnienia przestępstwa

# Zakres

## *Programu edukacji rodzinnej dla osadzonych*

Stworzenie programu edukacyjnego, który wzmacnia i podtrzymuje relacje rodzinne, tak aby osadzeni mężczyźni i kobiety mogli utrzymywać znaczące relacje ze swoimi partnerami, dziećmi, członkami rodziny i mogli odkrywać nowe sposoby „bycia razem” ze swoimi rodzinami.



Zapewniać ma utrzymanie, stabilność i spójność relacji rodzinnych w trakcie pobytu w zakładzie karnym i po jego opuszczeniu.

## Cele dla trenerów w ramach *Programu edukacji rodzinnej dla osadzonych*

Dzięki niniejszemu przewodnikowi trenerzy zapoznają się z materiałami i metodologią *Programu edukacji rodzinnej dla osadzonych Golden Thread*, aby skutecznie wspierać cały proces edukacyjny uczestników programu.

Trenerzy muszą być w pełni zaznajomieni z materiałami i działaniami warsztatów edukacji rodzinnej, aby zapewnić wysoką jakość realizacji całego programu.

## Cele dla uczestników *Programu edukacji rodzinnej dla osadzonych*

- a) Rozwijanie i utrzymywanie zdrowych relacji i więzi rodzinnych
- b) Wzmacnianie i promowanie zdrowych i funkcjonalnych relacji i praktyk rodzinnych
- c) Przeformułowanie dysfunkcyjnych wzorców zachowania i myślenia w kontekście rodzinnym

### **Rozwijanie i wzmacnianie odpowiednich umiejętności rodzicielskich**

***Rodzinę postrzegamy jako czynnik ochronny, umożliwiający płynniejszą reintegrację ze społeczeństwem i zmniejszający ryzyko powrotu do przestępczości po opuszczeniu więzienia.***

# Metodyka

## *Programu edukacji rodzinnej dla osadzonych*

### **Metodyka nauczania skoncentrowana na osobie**

## Opracowanie programu nauczania

- ❖ Cele, rezultaty i wyniki
- ❖ Wybór tematów (sylabus)
- ❖ Opracowanie efektów uczenia się (program nauczania)
  - Plany lekcji
  - Prezentacje Power Point
  - Działania związane z nauczaniem i uczeniem się (Indywidualne uczenie się - refleksja, arkusze ćwiczeń; praca w grupie - dyskusja, odgrywanie ról itp.)



# Metodyka

## *Programu edukacji rodzinnej dla osadzonych*

### **Metodyka nauczania skoncentrowana na osobie**

#### **Kontekst teoretyczny**

Przedstawienie  
kluczowych pojęć i  
zasad teoretycznych  
w celu lepszego  
zrozumienia  
zagadnień przez  
uczestników.

#### **Ćwiczenia**

Ułatwianie i  
wzmacnianie rozwoju  
różnych umiejętności  
Ćwiczenie i  
stosowanie nabytych  
umiejętności i praktyk

# Przykłady i opisy aktywności w ramach programu

Ćwiczenia	Opis
Aktywności "przełamujące lody"	Wykorzystuje się je podczas początkowych zajęć, aby zbudować dobre relacje i więź między trenerem a uczestnikami kursu
Wprowadzenie do tematu zajęć	Trener krótko przedstawia terminy teoretyczne i podaje przykłady z nimi związane.
Dyskusja grupowa	Trener omawia z uczestnikami temat i dzieli się opiniami (burza mózgów).
Nagrania wideo	Wykorzystanie filmu do omówienia tematu lub zaprezentowania umiejętności (wzór do naśladowania)
Studium przypadku	Pomaga osadzonym zastosować wiedzę teoretyczną, zrozumieć pojęcia i poprawić krytyczne myślenie.
Debata	Dwie grupy więźniów uzasadniają dwa przeciwstawne poglądy/podejścia □ zwiększenie szacunku dla poglądów innych, poprawa umiejętności komunikacyjnych
Świadectwa wzorów do naśladowania za pośrednictwem wideo	Osoby, które można uznać za wzór do naśladowania, mogą podzielić się swoim życiem i doświadczeniem w filmie wideo. Celem jest zainspirowanie osadzonych do rozpoczęcia nowego życia.
Burza mózgów	Po zadaniu pytania lub zadania uczestnicy są proszeni o głośne i swobodne wypowiedzenie wszystkiego, co przychodzi im do głowy. Odpowiedzi lepiej jest zapisać, aby pomóc w znalezieniu ostatecznego rozwiązania.

# Przykłady i opisy aktywności w ramach programu

Ćwiczenie	Opis
Tworzenie historii	Uczestnicy przygotowują historię i prezentują ją grupie, powinni odgrywać określone role □ dzielenie się doświadczeniami i emocjami
Scenariusz z 4 różnymi zakończeniami	Historia jest przedstawiana w czterech grupach. Każda grupa ma inne zakończenie tej samej historii. Grupy przedstawiają swoje wersje i wybierają najbardziej opłacalne rozwiązanie.
Rysowanie	Techniki artystyczne pomagają osadzonemu wyrazić siebie
Odgrywanie ról	Ćwiczenie określonych umiejętności w grupach
Prezentacje przygotowywane przez uczestników kursu	Prezentowanie tematu przed publicznością □ rozwijanie poczucia własnej wartości i umiejętności komunikacyjnych
Praca indywidualna	Uczestnicy mogą pracować indywidualnie przy wykonywaniu ćwiczeń
Interaktywne gry	Gry interaktywne to przyjemne sposoby interakcji z innymi i pozwalają nabywać umiejętności życiowe poprzez doświadczenie.
Praca w parach	Praca w parach - alternatywna metoda pracy nad zadaniem ze współuczestnikiem, odpowiednia do wypracowania lepszego rozwiązania i jednoczesnego ćwiczenia umiejętności współpracy.

# MATERIAŁY SZKOLENIOWE

**Program  
edukacji  
rodzinnej dla  
osadzonych**

**Podręcznik  
uczestnika  
kursu**

**Dodatkowe  
materiały  
edukacyjne i  
szkoleniowe**

**Przewodnik  
dla trenerów**

# ROZKŁAD ZAJĘĆ

**Temat A: Umiejętności społeczno-emocjonalne w rozwoju osobistym** (spotkania 1-5)



**Temat B: Romantyczne związki** (spotkania 6-8)



**Temat C: Rodzicielstwo** (spotkania 9-18)



**Temat D: Relacje z członkami rodziny** (spotkania 19-20)



**FOUR  
THEMES**



**20 spotkań (lekcji)  
90 minut na spotkanie  
30 godzin treningu**

# Temat A

## Rozwój osobisty



## Temat A: *Umiejętności społeczno-emocjonalne w rozwoju osobistym*

Rozwój osobisty jest istotną częścią programu nauczania rodzinnego. Rozwój osobisty, zwłaszcza przemyślenie i przekierowanie tożsamości, jest podstawą do rozwijania umiejętności rodzicielskich oraz tworzenia i utrzymywania relacji i więzi.

**Cele:** Pomoc uczestnikom w uzyskaniu samoświadomości, rozwijaniu tożsamości i zrozumieniu wartości społeczeństwa; rozwijanie umiejętności zarządzania swoimi emocjami w różnych okolicznościach, zwłaszcza podczas interakcji z innymi.

# TEMAT A

## *Umiejętności społeczno-emocjonalne w rozwoju osobistym*

Lekcja 1: Tożsamość i rozwój osobisty

Lekcja 2: Wartości moralne

Lekcja 3: Komunikacja bierna, agresywna i asertywna

Lekcja 4: Zarządzanie gniewem

Lekcja 5: Rozwiązywanie konfliktów



# Lekcja 1: Tożsamość i rozwój osobisty

## KONTEKST TEORETYCZNY

Ta lekcja przedstawia podstawowe aspekty tożsamości, aby uczestnicy mogli uświadomić sobie różne aspekty siebie i złożony proces zdobywania umiejętności w celu osiągnięcia rozwoju osobistego.

### Aspekty samoświadomości:

- **Koncepcja siebie:** to mentalne postrzeganie siebie, które kształtuje nasze zachowanie i na które wpływa doświadczenie społeczne. Składniki koncepcji siebie.
- **Tożsamość:** zaczyna się rozwijać w okresie dojrzewania, nadaje sens i poczucie identyczności i ciągłości w osobistej, jednostkowej, wyjątkowej egzystencji.
- **Poczucie własnej wartości:** odnosi się do tego, czy ktoś akceptuje, szanuje i uważa siebie za osobę wartościową. Praktyki wzmacniające poczucie własnej wartości.
- **Rozwój osobisty:** to proces rozwijania nowych umiejętności, postaw, działań lub reakcji, które mogą mieć pozytywny wpływ na życie i poprawić ogólne samopoczucie.
- **Ustalanie celów:** to sposób na osiągnięcie rozwoju osobistego.

Wprowadzenie: Zapoznanie z grupą, cele i treść programu nauczania

Wprowadzenie w Temat A:  
Umiejętności społeczno-emocjonalne w rozwoju osobistym

Ćwiczenie indywidualne  
"Kim jestem"

Samopoczucie  
Tożsamość  
Cechy osobowości  
Przykłady z poprzedniego ćwiczenia - zidentyfikuj ich cechy osobiste i typ osobowości  
Postać ludzka: profil osobisty (elementy koncepcji siebie, aspekty tożsamości, cechy osobowości)

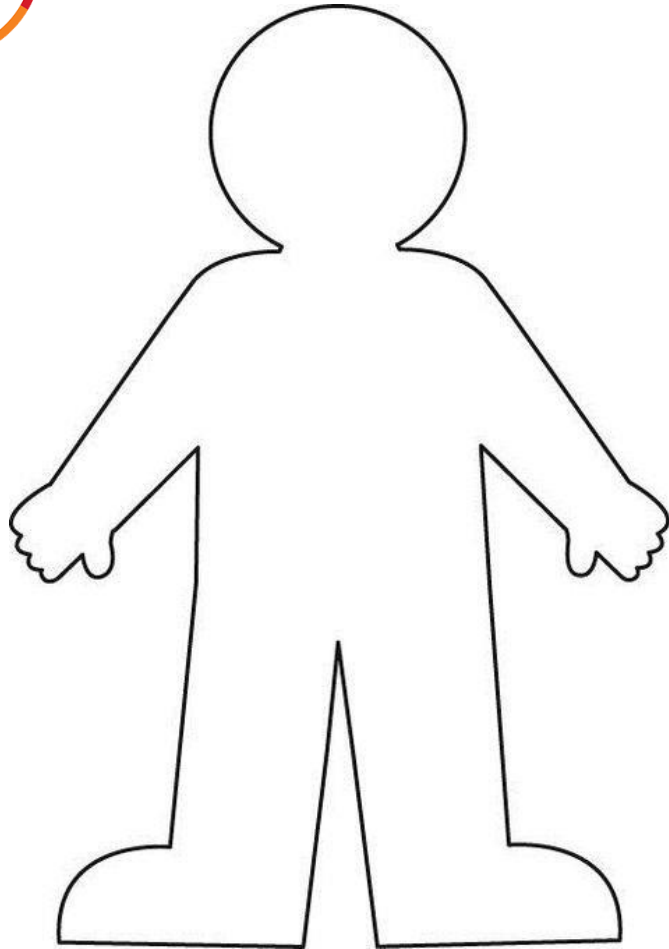
Rozwój osobisty  
Wideo: „Jak definiujesz siebie” lub studium przypadku  
Pytania Dyskusja

Gra: „Ciepłe plecy”  
Praca w parach:  
Zapisują trzy strategie, które pomagają im zwiększyć poczucie własnej wartości.  
Strategie dla zdrowej samooceny

Koncepcja celów  
Proces wyznaczania celów.  
Związek z poczuciem własnej wartości

Notatnik:  
Aktywność indywidualna: „Słońce zmian”

## STRUKTURA LEKCJI



## Ćwiczenie (praca indywidualna)

### Krok 1

- Napisz na ludzkiej postaci 5 odpowiedzi na pytanie: Kim jestem?
- Twoje odpowiedzi mogą być słowami lub zwrotami. Napisz 5 pierwszych rzeczy o sobie, które natychmiast przyjdą Ci do głowy.

### Krok 2

- Możemy podzielić się odpowiedziami i znaleźć podobieństwa!

### Krok 3

- Sprawdźmy, jak podane przez ciebie opisy pasują do poniższych podstawowych terminów!

Ta lekcja wprowadza podstawowy element tożsamości - wartości moralne.

### **Motto:**

Aby tworzyć i utrzymywać relacje, świadomość własnej moralności (wraz z samoświadomością) ma kluczowe znaczenie.

### **W tej lekcji:**

1. Definicja wartości
2. Wartości rezydualne i wartości instrumentalne
3. Znaczenie wartości
4. Taksonomia wartości Schwartza (1992)
5. Zdolność do uczenia się i nabywania wartości moralnych

# STRUKTURA LEKCJI

## Wprowadzenie: Gra „Ratunek dla Robinsona”

Definicja wartości  
Dyskusja grupowa  
Przykłady wartości

Aktywność grupowa:  
Wartości egzystencjalne i instrumentalne  
  
Debata  
Znaczenie wartości

Taksonomia  
Schwartz (1992):  
Dziesięć motywacyjnie odrębnych typów wartości:  
władza, osiągnięcia, hedonizm, stymulacja, samokierowanie, uniwersalizm, życzliwość, tradycja, konformizm i bezpieczeństwo..

Aktywność w parach:  
Pomyśl i zapisz, skąd czerpiemy nasze wartości.  
  
Stabilność wartości a zmiana wartości!  
  
Indywidualny arkusz roboczy: Znajdź swoje pięć najważniejszych wartości

Notatnik:  
  
2 wartości związane z rodziną lub partnerem

## Wartości rezydualne

Wartości rezydualne odnoszą się do ostatecznych, pożądaných stanów istnienia. Są to cele, które dana osoba chciałaby osiągnąć w ciągu swojego życia. Wartości te różnią się między różnymi grupami ludzi o różnym pochodzeniu kulturowym.

Na przykład: pokój, bezpieczeństwo, wolność, równość, poczucie własnej wartości, szczęście, mądrość, zbawienie, przyjaźń, samorealizacja, wewnętrzna harmonia, wygodne życie, miłość, piękno, przyjemność, uznanie społeczne, podekscytowanie.

Rokeach (1973) jako pierwszy badał wartości. Przeprowadził on ankietę i wybrał 36 pojedynczych wartości (18 określanych jako instrumentalne i 18 określanych jako końcowe).

## Wartości instrumentalne

odnoszą się do postaw, pożądaných sposobów działania lub zachowania.

Na przykład: ambicja, otwarty umysł, kompetencja, szczęście, czystość, odwaga, przebaczenie, pomoc, uczciwość, wyobraźnia, niezależność, jasność, racjonalność, czułość, posłuszeństwo, życzliwość, odpowiedzialność, abstynencja.



## Ćwiczenie (praca w grupie)

- Pierwsza grupa powinna przestudiować wartości egzystencjalne, wybrać pięć, wyjaśnić ich znaczenie.
- Druga grupa powinna przyjrzeć się wartościom instrumentalne, wybrać pięć i wyjaśnić ich znaczenie.

## Debata

### **Motto:**

Podstawowym elementem rozwoju społeczno-emocjonalnego jest zdolność do skutecznego komunikowania się z innymi.

### **W tej lekcji:**

1. Definicja komunikacji
2. Trzy style komunikacji: Pasywna, Agresywna i Asertywna (charakterystyka i przykłady).
3. Komunikacja werbalna i komunikacja niewerbalna (wyraz twarzy, postawa, gesty, ton głosu, przestrzeń interpersonalna).
4. Praktyki pomagające w rozwiązaniu problemu (mówić „nie”, gdy jest to konieczne; iść na kompromis tam, gdzie jest to konieczne; myśleć o uczuciach innych itp.)

## STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie: "Gra Interaktywna"

Definicja komunikacji

Style komunikacji (pasywny, agresywny, asertywny) z przykładami

Wideo: „Komunikacja pasywna, agresywna i asertywna”

Ćwiczenie ze scenariuszami dotyczącymi stylów komunikacji

Komunikacja werbalna - niewerbalna (mowa ciała, postawa, mimika, gesty, ton głosu, przestrzeń interpersonalna)

Wideo: „Budowniczy umiejętności: Mowa ciała w miejscu pracy”

Praktyki wdrażania asertywnej komunikacji

Notatnik:

Zapisz kilka asertywnych wyrażeń komunikacyjnych, których się nauczyłeś





**Wideo:** Komunikacja pasywna, agresywna i asertywna

<https://www.youtube.com/watch?v=o6LcPfnwGec>

*Grupa ogląda film przedstawiający ludzi wchodzących w interakcje przy użyciu różnych stylów komunikacji. Po obejrzeniu filmu uczestnicy są proszeni o skomentowanie i zidentyfikowanie różnych pokazanych stylów komunikacji (pasywny, agresywny i asertywny).*

### Motto:

Złość jest regularną emocją, której doświadczamy we wszystkich naszych interakcjach z innymi i kluczowe dla naszych relacji jest jej rozpoznawanie i radzenie sobie z nią.

### W tej lekcji:

1. Definicja złości: Złość jest normalną, zdrową emocją. Jak każda emocja, przekazuje ona wiadomość, informując, że dana sytuacja jest denerwująca, niesprawiedliwa lub zagrażająca.
2. Mity i fakty na temat złości: Przykłady: Mit czy fakt? Nie powinienem „trzymać w sobie” złości. Zdrowo jest dać upust złości.
3. Góra lodowa złości: złość i ukryte emocje.
4. Cykl złości: zdarzenie wyzwalające, negatywne myśli, reakcja emocjonalna, objawy fizyczne, reakcja behawioralna.
5. Umiejętności radzenia sobie: Ocena różnych strategii radzenia sobie z gniewem.
6. Strategie radzenia sobie ze złością: identyfikowanie i rozpoznawanie znaków ostrzegawczych złości.

# STRUKTURA LEKCJI

## Ćwiczenie na przełamanie lodów "Komunikat Ja"

Podstawowe pojęcia.  
Złość  
Mity i fakty na temat złości  
Dlaczego zarządzanie gniewem jest ważne?

Emocje i złość  
Dyskusja grupowa  
Określ emocje, które ludzie najczęściej swobodnie wyrażają i te, które zazwyczaj zachowują dla siebie?

Góra lodowa złości  
Dyskusja grupowa  
Cykl złości  
Praca w parach

Rozpoznawanie złości  
Strategie radzenia sobie z złością

„Jak radzisz sobie ze złością?”  
Strategie burzy mózgow  
Wideo: „Jak kontrolować złość (8 wskazówek dotyczących radzenia sobie ze złością)”

Notatnik:  
Zapisz wyzwalacze złości i techniki radzenia sobie ze złością, których się dziś nauczyłeś i które zamierzasz wypróbować.



Mówi się, że...

**GNIEW JEST ZŁYM  
DORADCĄ**

## Ćwiczenie (praca w grupie)

*Zademonstruj, jak wyglądasz, gdy  
jesteś zły  
(np. mimika twarzy, język ciała, bicie  
serca i napięcie mięśni).*

*Rozejrzyj się wokół siebie, aby  
dowiedzieć się, kto jest najbardziej  
przerażający!*

### Motto:

Wyzwania i nieporozumienia w związku mogą sprzyjać wzrostowi i rozwojowi, gdy wspierają skuteczne umiejętności komunikacyjne oraz umiejętności i strategie zarządzania konfliktami. Umiejętności rozwiązywania konfliktów promują zdrowsze relacje, więzi emocjonalne i rozwój osobisty we wszystkich aspektach życia.

### W tej lekcji:

1. Czym jest konflikt: Niezgoda spowodowana różnymi opiniami, perspektywami, przekonaniami, doświadczeniami, osobowościami itd..
2. Zdrowy i konstruktywny konflikt
3. 4 podstawowe typy konfliktów (w ludziach, pomiędzy ludźmi, w grupach, pomiędzy grupami)
4. Style konfliktów : Rywalizacja, współpraca, unikanie, dostosowywanie się, kompromis
5. Style zarządzania konfliktami i ich przykłady

## STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie: Aktywność grupowa:  
Temat do dyskusji - spieranie się  
przez 2-3 minuty

Podstawowe pojęcia.

Konflikty i kryzys,  
Rozwiązywanie  
problemów i konfliktów,  
Poprawa relacji-  
przykłady

Konflikt jako źródło  
stresu  
Konflikt funkcjonalny i  
dysfunkcjonalny  
Czy wszystkie konflikty  
są złe?

Cztery rodzaje konfliktów

Wideo:

„5 stylów konfliktu Który jest  
twój”?

Dyskusja: Jaki jest twój styl  
konfliktu?

Ćwiczenie: Scenariusze  
konfliktów

Strategie  
rozwiązywania  
konfliktów

Aktywność grupowa

Odgrywanie ról

Notatnik:

Zapisz swoje  
strategiczne kroki w celu  
przyjęcia bardziej  
skutecznego stylu  
rozwiązywania  
konfliktów.

## Ćwiczenie: Scenariusz konfliktu



**Osoba A:** Niedawno kupiłeś parę drogich butów. Twój przyjaciel włamał się do twojej szafki na siłowni i napisał po nich permanentnym markerem. Są zniszczone. Czujesz się zraniony i zdenerwowany.

**Osoba B:** Twój przyjaciel chwali się wszystkim swoimi drogimi butami. Wczoraj wyśmiewał się przy innych z tego, jak jesteś ubrany. Poczułeś się upokorzony i zły, i chciałeś dać mu lub jej nauczkę, więc włamałeś się do jego lub jej szafki na siłowni i pomazałeś/aś mu buty.

Trener prosi uczestników, aby w parach odegrali swoje role:

- Osoba A: „Hej, dlaczego dotykałeś moich rzeczy?”.
- Osoba B: „O rany, nie sądziłem, że to będzie taka wielka sprawa...”.
- Osoba A: „Kłamiesz. Całkowicie wyolbrzymiłeś całą sprawę. Teraz moje buty są zniszczone, a były naprawdę drogie. Jestem o to taka zła!”.
- Osoba B: „Ale ty -”
- Osoba A: „Nie chcę tego słuchać. Zawsze wmawiasz mi, że coś powiedziałem”
- Osoba B: „Kogo obchodzą buty? Twoi rodzice mogą po prostu kupić ci kolejną parę. Kupują ci wszystko inne, co chcesz”.
- Osoba A: „Nie znasz mnie. Nie znasz moich rodziców”.
- Osoba B: „Tak, znam. Wszyscy jesteście uparci. Jakie to uczucie mieć teraz paskudne buty?”.

*Przyjrzyj się scenariuszowi. Wskaż konkretne powody, dla których doszło do eskalacji konfliktu?*

# Temat B

## Związki romantyczne





## Temat B: Związki romantyczne

Drugim ważnym etapem rozwoju osobistego jest nawiązanie więzi z partnerem romantycznym i osiągnięcie zdrowego związku. Nacisk kładziony jest na dobre samopoczucie jednostki, które można poprawić poprzez rozwój zdrowej i znaczącej relacji romantycznej lub rewizję istniejącej.

**Cele:** Lepsze zrozumienie cech związku i zidentyfikowanie ważnych potrzeb. Zwiększenie poczucia wartości i przynależności oraz zapoznanie się z umiejętnościami i strategiami utrzymywania romantycznego związku.

# TEMAT B

## *Związki romantyczne*

Lekcja 6: Identyfikacja podstawowych, poznawczych i afektywnych potrzeb partnera

Lekcja 7: Cechy zdrowych i stabilnych relacji romantycznych

Lekcja 8: Romantyczny związek: Konflikt i skuteczne strategie jego rozwiązywania

# Lekcja 6: Identyfikacja podstawowych, poznawczych i afektywnych potrzeb partnera

## KONTEKST TEORETYCZNY

### Motto:

Każdy zasługuje na to, by jego potrzeby były zaspokajane z godnością i szacunkiem.

### W tej lekcji:

1. Piramida potrzeb Maslowa (potrzeby fizjologiczne, bezpieczeństwa, społeczne, szacunku, samorealizacji).
2. Romantyczny związek i potrzeby psychologiczne: Nawiązanie i utrzymanie romantycznego związku jako podstawowa potrzeba człowieka.
3. Rozróżnienie między potrzebami a pragnieniami
4. Konstrukttywne wyrażanie potrzeb
5. Odpowiadanie na potrzeby drugiej osoby sprzyja budowaniu głębszej, troskliwej więzi w związku.
6. Praktyki pozytywnego reagowania na potrzeby partnerów

## STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie do Tematu B:  
Oczekiwania względem relacji  
romantycznej

Kluczowe pojęcia lekcji 6  
Ćwiczenie: Identyfikacja i wyrażanie potrzeb

Piramida Masłowa

Romantyczne relacje i  
potrzeby  
psychologiczne

Potrzeby  
psychologiczne w  
związkach  
romantycznych

Spełnienie wszystkich  
potrzeb

Potrzeby poznawcze,  
praktyczne, psychologiczne  
Przykłady potrzeb

Dyskusja w grupie: Wymień  
swoje potrzeby i potrzeby  
partnerów

Potrzeby vs. pragnienia

Potrzeby i pragnienia  
w związku  
romantycznym

Jak rozmawiać z  
partnerem o swoich  
potrzebach

Notatnik:

Narysuj w swoim  
notatniku piramidę  
potrzeb. Dla każdej  
warstwy napisz, jaka jest  
Twoja podstawowa  
potrzeba w  
romantycznym związku.



## Ćwiczenie: Identyfikacja i wyrażanie potrzeb

Praca indywidualna: Wyobraź sobie, że omawiasz swoje potrzeby z partnerem.

Zidentyfikuj i wyraż, o co prosisz swojego partnera? Zrób kilka notatek

Praca w parach: Opowiedz osobie z Twojej pary o swoich potrzebach, a następnie wspólnie poznajcie potrzeby swoich partnerów.

Praca w grupach: Przedyskutuj swoje przemyślenia i podziel się nimi z grupą. Trener opiera się na odpowiedziach uczestników, aby rozpocząć prezentację na temat ludzkich potrzeb najpierw ogólnie, a następnie konkretnie dla potrzeb romantycznych partnerów.

### Motto:

Prawdziwa romantyczna relacja rozwija się dzięki wzajemnej trosce, zaufaniu i otwartej komunikacji.

### W tej lekcji:

- Romantyczne relacje we wczesnym dorosłym życiu: kluczowe dla wczesnej dorosłości - stopień szczęścia młodego dorosłego zależy w dużej mierze od sukcesu w romantycznych związkach, które są krytycznym elementem rozwoju we wczesnej dorosłości.
- Teoria Eriksona: etap intymności/izolacji w rozwoju psycho-emocjonalnym
- Teoria Sternberga: Trójkąt (Intymność, Pasja, Zaangażowanie)
- Zdrowe i niezdrowe związki romantyczne: przykłady zdrowych i niezdrowych cech związków romantycznych
- Więzienie a związki romantyczne: Chociaż negatywny wpływ uwięzienia na romantyczne relacje jest wyraźny, uwięzienie może również wzmocnić wyżej wymienione relacje.
- Strategie poprawy relacji romantycznych (wyrażanie emocji, wyrażanie wdzięczności, przebaczenie).

## STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie: Ćwiczenie z sercem

Romantyczne związki we wczesnym dorosłym życiu (20-40 lat)

Erik Erikson:  
Etap Intymności lub Izolacji

Teoria dominacji Sternberga

8 rodzajów miłości  
Ćwiczenie: Mój typ miłości

Aktywność: „Idealny partner” i »Miłość jest łatwa« (praca w grupach).

Mity i fakty na temat związków  
Zdrowe i niezdrowe związki romantyczne

Więzenie i romantyczne relacje

Zdrowe romantyczne relacje w środowisku więziennym - strategie

Notatnik:

Narysuj serce i napisz, jaki rodzaj miłości chcesz mieć i co najmniej 3 zdrowe cechy, które będziesz starał się mieć w swoim związku.



## Ćwiczenie: „Idealny partner” i „Miłość jest łatwa” (praca w grupach)

Uczestnicy są podzieleni na dwie grupy i otrzymują po jednym arkuszu: „Idealny towarzysz” i „Miłość jest łatwa”.

Uczestnicy są proszeni o:

- Wskazanie, czy dane stwierdzenie jest mitem czy faktem.
- Wskazanie punktów, które dowodzą, że stwierdzenie jest mitem lub faktem (w zależności od odpowiedzi na pierwsze pytanie).



# Lekcja 8: Romantyczny związek: Konflikt i skuteczne strategie jego rozwiązywania

## KONTEKST TEORETYCZNY

### Motto:

Umiejętność skutecznego zarządzania konfliktami i ich rozwiązywanie jest istotnym aspektem utrzymywania romantycznego związku i oznaką zdrowej i dobrej komunikacji między partnerami.

### W tej lekcji:

1. Czynniki wpływające na relacje: kwestie praktyczne, kwestie zgodności, kwestie zaangażowania, kwestie uczuć i intymności.
2. Cechy osobiste zwiększające konflikty: zmiany, idealizacja partnera, trudności w kształtowaniu tożsamości, trudności w utrzymaniu związku.
3. Cechy niezdrowych związków: jeden lub obaj partnerzy czują się niekompletni bez drugiej osoby; jeden lub obaj partnerzy polegają na drugiej osobie, jeśli chodzi o ich szczęście, dobre samopoczucie i poczucie własnej wartości; poziomy towarzystwa (my) i autonomii (ja) nie są w równowadze itp.
4. Rozwiązywanie konfliktów w skuteczny sposób (komunikacja: powtarzanie, odzwierciedlanie, parafrazowanie; negocjacje: dzielenie się, identyfikowanie problemów i znajdowanie rozwiązań; techniki: przerwa i refleksja)

## STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie: Porozmawiajmy sami ze sobą - Pytania

Trudności w związkach

Prezentacja wideo.  
„Rozwiązywanie  
konfliktów w związkach i  
umiejętności  
komunikacyjne”

Dyskusja  
Czynniki wpływające na  
relacje

Konflikty.

-emocje i konflikty-cechy  
osobowościowe, które  
wzmacniają konflikty  
  
-cechy niezdrowych  
relacji, które mogą  
prowadzić do konfliktów

Ćwiczenie: Zidentyfikuj  
zdrowe sposoby  
rozwiązywania  
konfliktów.

Rozwiązywanie  
konfliktów w  
konstruktywny sposób

Skuteczna komunikacja  
Aktywność

Negocjacje

Techniki (przerwa i  
refleksja)

Ćwiczenie: Sygnalizacja  
światlna

Notatnik:

Narysuj 6-elementową  
układankę. Dla każdego  
elementu wymyśl i zapisz  
technikę rozwiązywania  
konfliktów między tobą a  
twoim partnerem.



## Ćwiczenie: Sygnalizacja świetlna - scenariusze (praca w grupach)

Ważnym czynnikiem w utrzymaniu lub nieutrzymaniu związku jest umiejętność rozpoznawania znaków ostrzegawczych niezdrowego związku. Podzielcie się na 3 grupy. Wysłuchacie trzech scenariuszy relacji i użyjecie metafory sygnalizacji świetlnej, aby zdecydować między sobą, czy:

- Zatrzymaj się, tj. zakończ związek lub poszukaj pomocy - czerwone światło
- Postępuj ostrożnie, tj. identyfikuj i komunikuj swoje uczucia i obawy - żółte światło
- Kontynuuj związek - zielone światło



### **Scenariusz 1:**

*Ela i Dominik, zaraz po ślubie, zaczęli borykać się z trudnościami. Dominik skarżył się wcześniej, że w domu mieszka z nimi „zbyt wiele osób”. Ela obawiała się, że straci rodzinę, jeśli nie będzie nadal utrzymywać kontaktu z rodzicami. Czuje się również odpowiedzialna za swoich rodziców, którzy „poświęcili całe swoje życie swoim dzieciom” i dlatego chce, aby byli z nią przez cały czas.*

### **Scenariusz 2:**

*Grażyna, od początku swojego związku z Krzysztofem, miała „przewagę”, ponieważ wszystkie decyzje podejmowała samodzielnie, nie biorąc pod uwagę opinii Krzysztofa. W końcu zawsze mówiła, że „on nie jest w stanie podjąć właściwej decyzji”. Ponadto, za każdym razem, gdy wyrażał swoją opinię, obrażała go i umniejszała, nawet przed rodziną i przyjaciółmi. Krzysztof powiedział o swoich odczuciach Grażynie, ale ona wydawała się obojętna.*

### **Scenariusz 3:**

*Waldemar i Zofia są małżeństwem od 10 lat i mają dwójkę dzieci. Przez ostatnie dwa lata oboje pracowali zbyt dużo na zmiany, więc nie mieli czasu, by być razem. Zofia skarży się, że jej mąż nie przytula jej już tak jak kiedyś i w ogóle nie jest dla niej czuły, a ona czuje się odrzucona. Z drugiej strony Waldemar mówi, że jest zmęczony zrządzeniem żony, ponieważ ona go nie rozumie.*

# Temat C Rodzicielstwo



# Temat C: Rodzicielstwo

Część „Rodzicielstwo”, która jest największą częścią, zapewnia kompleksowe i holistyczne szkolenie w zakresie umiejętności rodzicielskich. Podstawowym parametrem jest zapoznanie uczestników ze znaczeniem więzi i procedury przywiązania, rolą rodzicielską i obowiązkami.

**Cele:** Uświadomienie sobie skutecznej roli rodzicielskiej oraz nabycie i wzmocnienie umiejętności rodzicielskich. Doświadczanie i stosowanie różnych umiejętności i praktyk oraz zdobywanie niezbędnych umiejętności rodzicielskich na satysfakcjonującym poziomie.

# TEMAT C

## *Rodzicielstwo*

**Lekcja 9: Role rodzicielskie**

**Lekcja 10: Identyfikacja podstawowych, poznawczych i afektywnych potrzeb dzieci i młodzieży**

**Lekcja 11: Komunikacja z dziećmi, aktywne słuchanie i wyrażanie emocji**

**Lekcja 12: Teoria przywiązania i więzi**

**Lekcja 13: Przywiązanie: Wpływ odseparowania – jak wyeliminować jego skutki**

**Lekcja 14: Umiejętności i praktyki promujące bezpieczne więzi**

**Lekcja 15: Spójność rodziny, ustalanie granic i zasad w rodzinie**

**Lekcja 16: Nagrody, kary i dyscyplina**

**Lekcja 17: Pozytywne rodzicielstwo i interakcja**

**Lekcja 18: Zaangażowanie w edukację dzieci**

### **Motto:**

Rodzicielstwo polega na prowadzeniu z miłością, cierpliwością i zrozumieniem, jednocześnie pomagając dziecku stać się najlepszym sobą.

### **W tej lekcji:**

1. Definicja rodzicielstwa: proces wychowywania dziecka od narodzin do samodzielnej dorosłości, proces przygotowujący dziecko do samodzielności poprzez zapewnienie mu ochrony i opieki w celu zapewnienia mu zdrowego rozwoju w dorosłym życiu.
2. Rola wychowywania: dbanie o podstawowe potrzeby dzieci (jedzenie, opieka medyczna, schronienie, ubranie itp.), dawanie miłości, uwagi, zrozumienia, akceptacji, czasu i wsparcia, słuchanie dzieci.
3. Rola struktury w wychowaniu: nadawanie kierunku, narzucanie zasad, stosowanie dyscypliny, ustalanie granic, ustanawianie i przestrzeganie konsekwencji itp.
4. Obowiązki rodzicielskie
5. Cztery style rodzicielstwa (wymagania i reagowanie): Autorytarny, Autorytatywny, Niezaangażowany, Pobłażliwy



## STRUKTURA LEKCJI

### Wprowadzenie do Tematu C

Role rodzicielskie

Oczekiwania

Ćwiczenie z przełamania lodów - ze szkłem

Burza mózgów: Czym jest rodzicielstwo?

Określ, czym jest rodzicielstwo

Rola wychowania i rola struktury

Dyskusja: Obowiązki rodzicielskie  
Praca grupowa

Rola rodzicielska w więzieniu

Dyskusja

Style rodzicielstwa

Wideo: „Style rodzicielskie a wyniki dziecka”  
Dyskusja

Burza mózgów - pytania dotyczące stylów rodzicielskich

Notatnik:

Narysuj 5-stopniową drabinę. Na etapie 1 zapisz najważniejsze role rodzicielskie, jakie obecnie pełnisz. Na etapach 2, 3, 4 pomyśl o rolach rodzicielskich, które możesz podjąć podczas pobytu w zakładzie karnym..



## Ćwiczenie: Burza mózgów

- Czym według ciebie jest rodzicielstwo?
- Czy możesz wymienić ważne role rodzicielskie i podać przykłady?

# Lekcja 10: Identyfikacja podstawowych potrzeb poznawczych i afektywnych dzieci i młodzieży

## KONTEKST TEORETYCZNY

### Motto:

Dzieci rozwijają się, gdy ich potrzeby emocjonalne, fizyczne i rozwojowe są zaspokajane z miłością i konsekwencją.

### W tej lekcji:

1. Potrzeby psychologiczne
2. Piramida potrzeb dzieci i młodzieży
3. Rozwój psychospołeczny dzieci i młodzieży
4. Reaktywność rodziców
5. Sugerowane zachowania na każdym etapie rozwoju, które zwiększają zdolność rodziców do zaspokajania potrzeb dzieci.

# STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie: kluczowe pojęcia i oczekiwania

Definicja potrzeby

Definicja potrzeby  
psychologicznej

Hierarchia potrzeb  
Maslowa

Aktywność

Potrzeby dzieci a  
pragnienia dzieci

Zaspokojone i  
niezaspokojone  
potrzeby

Praca w parach:  
potrzeba czy chęć

Psychospołeczne  
etapy rozwoju

Ćwiczenie:  
Zachowania  
rodzicielskie

Zachowania na każdym  
etapie rozwoju, które  
zwiększają zdolność  
rodziców do  
zaspokajania potrzeb  
dzieci i młodzieży.

Carl Rogers:  
reagujący i  
niereagujący rodzic

Ćwiczenie

Notatnik:

W wierszu poniżej  
każdego zalecanego  
zachowania  
rodzicielskiego  
wyjaśnij, jakie  
działania  
podejmiesz, aby je  
osiągnąć.



## Cwiczenie: Refleksja nad swoimi umiejętnościami rodzicielskimi: Jak rodzice mogą odpowiednio reagować na następujące potrzeby?

*Twój siedmioletni syn skarży się, że matka wyznaczyła mu pewne zasady w domu, takie jak wcześniejsze spanie, nietrzymanie tabletu podczas obiadu i kolacji. Płacze i zdarzają mu się wybuchy agresji.*

➤ Jaka jest Twoja odpowiedź .....



*Twoja 15-letnia córka rozmawia z tobą o tym, że czuje się niezadowolona ze swojego wyglądu. Mówi ci, że zmiana włosów i zrobienie tatuażu sprawi, że poczuje się lepiej i będzie akceptowana.*

*Nie zgadzasz się z tym, a twoja córka wyraża swoje niezadowolenie, ale wydaje się, że jest skłonna cię wysłuchać.*

➤ Jaka jest Twoja odpowiedź .....



# Lekcja 11: Komunikacja z dziećmi: Aktywne słuchanie i wyrażanie emocji

## KONTEKST TEORETYCZNY

### Motto:

„Otwarta, szczerza komunikacja między rodzicami i dziećmi buduje zaufanie i wzmacnia ich więź na całe życie”.

### W tej lekcji:

1. Dlaczego komunikacja jest ważna: jest istotna dla rozwoju zdrowej relacji rodzic-dziecko, uczy, jak komunikować się z innymi, ale także buduje poczucie własnej wartości i pozwala czuć się wartościowymi i kochanymi.
2. Skuteczna komunikacja: Aktywne słuchanie, Praca z uczuciami, Reagowanie na zachowanie
3. Komunikacja w kontekście więziennym: poczta, telefon, media społecznościowe - rozmowy wideo, pokój widzeń - strategie - korzyści - bariery.

# STRUKTURA LEKCJI

## Wprowadzenie: Znaczenie komunikacji

### Skuteczna komunikacja:

Aktywne słuchanie  
Praca z uczuciami  
Reagowanie na zachowanie

### Aktywne słuchanie: Praktyki aktywnego słuchania

Komunikacja podczas konfliktów  
Ćwiczenie  
Odgrywanie ról

### Praca z emocjami:

Jak rodzice mogą pomóc dzieciom zrozumieć ich emocje?  
Pomaganie dzieciom w wyrażaniu emocji

Ćwiczenie:  
Komunikaty „ja”

### Reagowanie na zachowanie: Model naśladowania Akceptacja

Pozytywna uwaga  
Ćwiczenie:  
Pytanie z krótką odpowiedzią

### Komunikacja w kontekście więziennym

Wyzwania i bariery w komunikacji

### Notatnik:

Zapisz od 3 do 5 technik aktywnego słuchania, nad którymi będziesz pracować, aby poprawić swoją komunikację z dziećmi.



## Ćwiczenie: Komunikaty "JA"

*Spodziewałaś się wizyty członka rodziny, która została odwołana z krótkim wyprzedzeniem z powodu nieprzewidzianych okoliczności.*

- **Czuję się** (Tutaj należy podać uczucie: zły, rozczarowany, sfrustrowany, zdezorientowany, szczęśliwy, smutny...).
- **Ponieważ** (Podaj konsekwencje zachowania i/lub fakty: Jak to wpływa na ciebie/twoją rodzinę? Co już zrobiłaś, aby to naprawić?)
- **Kiedy** (Po prostu podaj fakty: Co należy naprawić lub zmienić? Unikaj używania słowa TY)
- **Czego potrzebuję** (Co chcesz, aby się wydarzyło? Czego sobie życzysz lub masz nadzieję, że się wydarzy)?

-----

-----

-----

-----





### Motto:

Silna więź między rodzicem a dzieckiem jest zbudowana na bezwarunkowej miłości, zaufaniu i wspólnych chwilach.

### W tej lekcji:

1. Przywiązanie i więź - na czym polega i dlaczego jest tak ważna?
2. Teorie przywiązania: John Bowlby (jakość przywiązania do opiekuna w okresie niemowlęcym determinuje rozwój osobowości danej osoby, a także jej relacje w wieku dorosłym) i Mary Ainsworth (konceptcja „bezpiecznej bazy” i „sytuacji obcego” oraz 4 typy przywiązania - bezpieczne, unikające, zdeorganizowane, lękowo-ambiwalentne)
3. Zachowania rodzicielskie, które są powszechnie kojarzone z bezpiecznym typem przywiązania to: empatyczna opieka, zaspokajanie potrzeb, akceptacja, swoboda ekspresji itp.
4. Znaczenie tworzenia bezpiecznego przywiązania: rozwój człowieka; jakość przywiązania ma długoterminowy wpływ na relacje międzyludzkie itp.
5. Przywiązanie i późniejszy rozwój: regulacja emocji, większa pewność siebie, umiejętności, zdrowe relacje itp.

## STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie:  
Burza mózgów

Tworzenie więzi:

Przywiązanie  
Charakterystyka  
przywiązania

John Bowlby

Mary Ainsworth

Wideo  
„4 typy przywiązania”

Zachowania rodzicielskie  
związane z bezpiecznym i  
niepewnym stylem  
przywiązania

Znaczenie bezpiecznego  
przywiązania

Przywiązanie i  
przywiązanie  
dorosłych: cechy

Przywiązanie i  
późniejszy rozwój

Ćwiczenie

Notatnik:

Pomyśl i napisz, jakie  
działania i zachowania  
mogą zwiększyć/  
zmniejszyć bezpieczne  
przywiązanie, które  
oferujesz swojemu  
dziecku/dzieciom.



## Ćwiczenie (praca w parach)

Pracuj w parze i omów swój styl przywiązania do osoby dorosłej na podstawie podanych informacji.

Następnie przećwicz kilka wskazówek, jak poprawić swój styl.

Niektórzy ochotnicy mogą podzielić się swoimi odkryciami i omówić praktyki.

# Lekcja 13: Przywiązanie: Wpływ separacji na dzieci i jak wyeliminować jej negatywne skutki

## KONTEKST TEORETYCZNY

### Motto:

Przywiązanie wpływa na sposób, w jaki rozwijamy i utrzymujemy relacje w dorosłym życiu - wpływa na jakość naszych relacji rodzinnych i romantycznych.

### W tej lekcji:

1. Możliwe skutki dla rozwoju dzieci związane z uwięzieniem rodziców: Wczesne dorastanie (11-14 lat): Zachowania reagujące na traumę; Znaczenie zdrowego środowiska rodzinnego; Relacje można utrzymać lub odbudować: To zależy od: pozytywnych i zdrowych relacji, więzi rodzinnych - wsparcia.
2. Rola opiekuna: Mogą pomóc dzieciom: (1) Zrozumieć, co się stało; (2) Zbudować system wsparcia; (3) Radzić sobie z uczuciami wstydu, złości i smutku itp.
3. Czego potrzebuje dziecko: Konsekwentnych dorosłych, którzy się o nie troszczą. Dorosłych, którzy rozumieją, że dzieci kochają swoich rodziców, nawet jeśli popełnili oni przestępstwo itp.
4. Czego potrzebuje opiekun: Wsparcia emocjonalnego (usługi doradcze). Wskazówek na temat tego, co jest ogólnie najlepsze dla dzieci i jak odpowiadać na ich pytania itp.
5. Odbywanie kary przez bliską osobę ma znaczący wpływ na relacje rodzinne i romantyczne: Zakłócenie relacji rodzinnych i romantycznych. Presja prowadząca do zakończenia związku lub rozpadu rodziny itp.

## STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie:  
Wpływ stylu przywiązania i więzi

Ćwiczenie:

Jak blisko czujesz się ze znaczącymi osobami w swoim życiu?

Wpływ uwięzienia rodziców na rozwój (tabela)

Wpływ uwięzienia na dzieci

Dlaczego ważne jest, aby wiedzieć o przywiązaniu i więziach - związanych z uwięzieniem?

Rola opiekuna  
Ćwiczenie: Temat do dyskusji

Czego potrzebuje dziecko?  
Czego potrzebuje opiekun?

Ćwiczenie: Nasze drzewo więzi

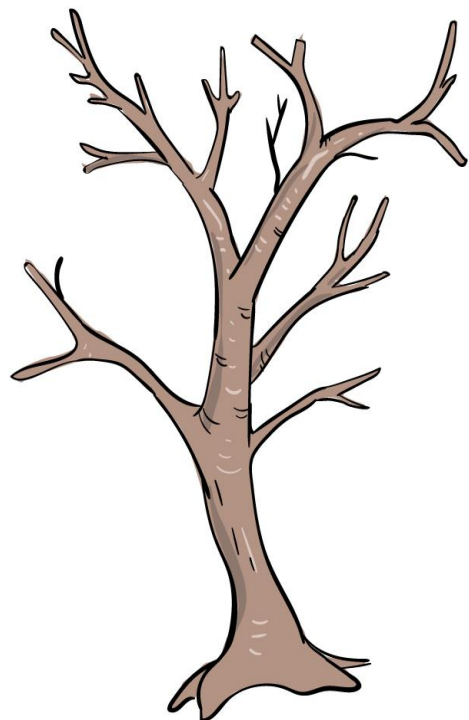
Notatnik:

Wiadomość o przywiązaniu



## Ćwiczenie: Nasze drzewo więzi z innymi

Zidentyfikuj elementy swoich więzi z ważnymi osobami w swoim życiu, rysując je i opisując w następujący sposób:



**Zielone liście**, to pozytywne cechy osoby i relacji, szczęśliwe chwile, piękne wspomnienia.

**Żółte liście**, to neutralne cechy osoby i związku, wspomnienia, które wywołują mieszane uczucia, a nie wyraźne emocje.

**Brązowe liście**, to negatywne cechy danej osoby lub związku, nieprzyjemne wspomnienia z nią związane, napięcia, niepewność, brak zaufania itp.

**Uwaga: Nie musisz określać/nazywać osoby ani jej statusu.**

# Lekcja 14: Umiejętności i praktyki promujące bezpieczne więzi

## KONTEKST TEORETYCZNY

### Motto:

Wzmacnianie więzi z bliskimi sprzyja trwałemu zaufaniu, głębszemu zrozumieniu i wzajemnemu wsparciu.

### W tej lekcji:

1. Charakterystyka osób z bezpiecznym stylem przywiązania: Są w stanie łatwo dokonywać korekt. Są optymistycznie nastawieni do związków i traktują je priorytetowo. Doceniają separację w przypadku konfliktu lub kryzysu w związku itp.
2. Umiejętności promowania i wzmacniania bezpiecznych więzi: Poświęca się trochę czasu na podsumowanie rzeczy, które robi się dobrze i rzeczy, które chce się poprawić. W porę rozpoznaje się, kiedy ludzie, na których osobie zależy, są zdenerwowane i stara się je uspokoić. Osoba podczas konfliktu stara się dyskutować na temat. Jest się wdzięcznym za moich bliskich itp.
3. Praktyki radzenia sobie z lękiem separacyjnym u dzieci: Zaoferuj dziecku ciepło i wsparcie podczas procesu pełnego wyrażania emocji. Im więcej rodzic słucha, tym bezpieczniejsze będzie dla dziecka okazywanie uczuć. Wysłuchaj go, dopóki się nie skończy. To najszybszy sposób na odzyskanie przez dziecko pewności siebie itp.
4. Praktyki od rodziców do opiekunów: Rozwijaj zaufanie i poczucie bezpieczeństwa. Zapewnienie bezpiecznego i stabilnego środowiska - opiekun dostępny emocjonalnie. Zapewnienie pozytywnych interakcji z dziećmi (umiejętności) itp.
5. Czynniki chroniące utrzymanie i wzmocnienie więzi: Relacje przed i w trakcie uwięzienia, wsparcie ze strony rodziny, opiekunów, społeczności.

## STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie: Znaczenie utrzymywania  
węzy w związkach

Ćwiczenie:  
Zidentyfikuj relacje  
w swoim życiu

Ćwiczenie: Ludzie  
pamiętają nas za to,  
jak ich traktujemy.

Charakterystyka  
osób z bezpiecznym  
stylem  
przywiązania.  
Potrzeby w  
przywiązaniu  
Stres i niepewność  
w relacjach -  
praktyki  
wzmacniające  
węzy

Scenariusz do dyskusji  
Ćwiczenie: Zastanów się  
i zidentyfikuj, co jest  
potrzebne, aby czuć się  
bezpiecznie w trakcie  
stresującej interakcji.

Umiejętności  
promowania i  
wzmacniania  
bezpiecznych węzy  
Sugestie dotyczące  
tworzenia  
bezpiecznych węzy  
Ćwiczenie: Leczenie  
ran z przeszłości

Praktyczne porady  
od rodziców dla  
opiekunów

Notatnik:  
Napisz list





## Ćwiczenie: Scenariusz do dyskusji

Maja została zwolniona z pracy i straciła matkę. Kilka miesięcy później ona i jej mąż stracili dom w pożarze. Maja polega na swojej relacji z mężem, ponieważ czuje bezpieczeństwo, które zapewnia jej stabilność podczas trudnych wydarzeń.

„To było trudne dla nas obojga, ale wiedzieliśmy, że w końcu przez to przejdziemy; nie wiem, co bym bez niego zrobiła”.

# Lekcja 15: Spójność rodziny, ustalanie granic i zasad w rodzinie

## KONTEKST TEORETYCZNY

### Motto:

Spójność rodziny rozwija się dzięki jedności, zrozumieniu i niezachwianemu wzajemnemu wsparciu.

### W tej lekcji:

1. Spójność rodziny: Odnosi się do stopnia powiązania, pomocy i wsparcia, jakie członkowie rodziny oferują sobie nawzajem lub „więzi emocjonalnej między członkami rodziny”.
2. Przykłady pojęć oceniających spójność: więź emocjonalna między członkami rodziny, granice, sojusze i wsparcie między członkami, takie jak porady dotyczące podejmowania decyzji, zainteresowania w czasie wolnym itp.
3. Jak zbudować zdrową spójność rodziny: (1) Budowanie szacunku do samego siebie i poczucia własnej wartości (rozwijanie umiejętności komunikacyjnych - komunikacja werbalna i niewerbalna, nagradzanie, dzielenie się, zarządzanie konfliktami); (2) Spójne działania - działania grupowe, takie jak wsparcie jednego członka dla drugiego, grupowe podejmowanie decyzji, wspólne zainteresowania - regularne „sesje” rodzinne itp.
4. Zasady w rodzinie: Pomagają systemowi rodzinnemu utrzymać równowagę, określają, jak członkowie rodziny powinni zachowywać się wobec siebie nawzajem.
5. Granice w rodzinie: Forma dyscypliny - określona przez zasady, elastyczne i sztywne granice, jasne i niejasne granice.
6. Jak ustalać zasady i granice?

## STRUKTURA LEKCJI

Ćwiczenie przełamujące lody: Rozwiązywanie konfliktów - gra  
Wprowadzenie: Kluczowe cechy funkcjonowania rodziny

Spójność rodziny.

Przykłady koncepcji oceniających spójność  
Praktyki budowania zdrowej spójności rodziny

Zasady w kontekście rodzinnym: Znaczenie ustalania zasad

Przykłady tworzenia zasad

Wideo i scenariusze

Dyskusja

Granice rodzinne.

Jak ustalamy granice

Praca grupowa: Studia przypadków

Notatnik:

Napisz trzy wyraźne granice, których chciałbyś przestrzegać



### Studium przypadku 1.

Twoja nastoletnia córka, 14 lat, przygotowuje się do swojego pierwszego wieczornego wyjścia z dwiema przyjaciółkami, Agnieszką i Elą. Twoja żona zgodziła się, aby matka Eli, którą córka zna od czasów szkoły podstawowej, odebrała ją z domu. Żona przeprowadziła rozmowę z córką i powiedziała jej, co następuje: „Chcę, żebyś wracała do domu na czas i dawała mi znać, kto cię odwozi”.

### Pytania:

1. *Czy w scenariuszu są jakieś granice lub zasady?*
2. *Jeśli tak, jaki rodzaj granicy jest przedstawiony?*
3. *Czy masz sugestie dotyczące bardziej odpowiedniego sposobu zarządzania powyższą sytuacją?*

### Motto:

Rodzicielstwo polega na nauczaniu poprzez miłość, gdzie nagradzanie i dyscyplinowanie pomaga dzieciom nauczyć się odpowiedzialności i szacunku.

### W tej lekcji:

1. Ciepło rodzicielskie i jego efekty: Wyrażanie miłości i innych pozytywnych emocji, pozytywne zaangażowanie w relacje z dzieckiem oraz wyrażanie entuzjazmu i afirmacji wobec dziecka - Rozwijanie szczerości i zaufania między rodzicem a dzieckiem. Rozwój poczucia własnej wartości dziecka, rozwijanie umiejętności skutecznego radzenia sobie ze stresem itp.
2. Techniki dyscyplinowania dzieci:
  - (1) Nagradzanie
  - (2) Karanie
  - (3) Stawianie granic

## STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie do podstawowych pojęć lekcji: ciepło rodzicielskie, nagroda, dyscyplina  
Burza mózgów: pozytywny wpływ ciepłego rodzicielstwa na relacje między rodzicami a dziećmi

Praktyki rodzicielskie dotyczące bezpieczeństwa dzieci .  
Ciepło - Miłość  
Nagradzanie - Wsparcie  
Dyscyplina - Kara (Granice)  
  
Ciepło rodzicielskie: przykłady, wpływ na relację rodzic-dziecko

Quiz

Techniki podporządkowania się dzieci.  
Nagradzanie  
Kara

Konsekwencje nieprzestrzegania zasad (pozytywne i negatywne)

Jak używam nagrody jako rodzic

Wideo: Stosowanie pochwał i nagród w pracy z dziećmi

Konsekwencje fizyczno-logiczne

Różnica między karą a fizyczno-logicznymi konsekwencjami

Jak używam konsekwencji  
Ćwiczenie: Mit czy prawda o karaniu

Ćwiczenie: Scenariusze wyboru zakończenia

Notatnik:

Opisz skuteczną technikę dyscyplinowania dziecka/dzieci, którą będziesz stosować od teraz i nieskuteczną technikę, której będziesz unikać.



Wideo: Stosowanie pochwał i nagród w kontaktach z dziećmi

Link:

<https://www.youtube.com/watch?v=RBbmTstLUqk>

Co podobało Ci się w tym filmie?  
Czy uważasz, że ta technika działa?  
Co byś zrobił, gdybyś był na miejscu ojca?

### Motto:

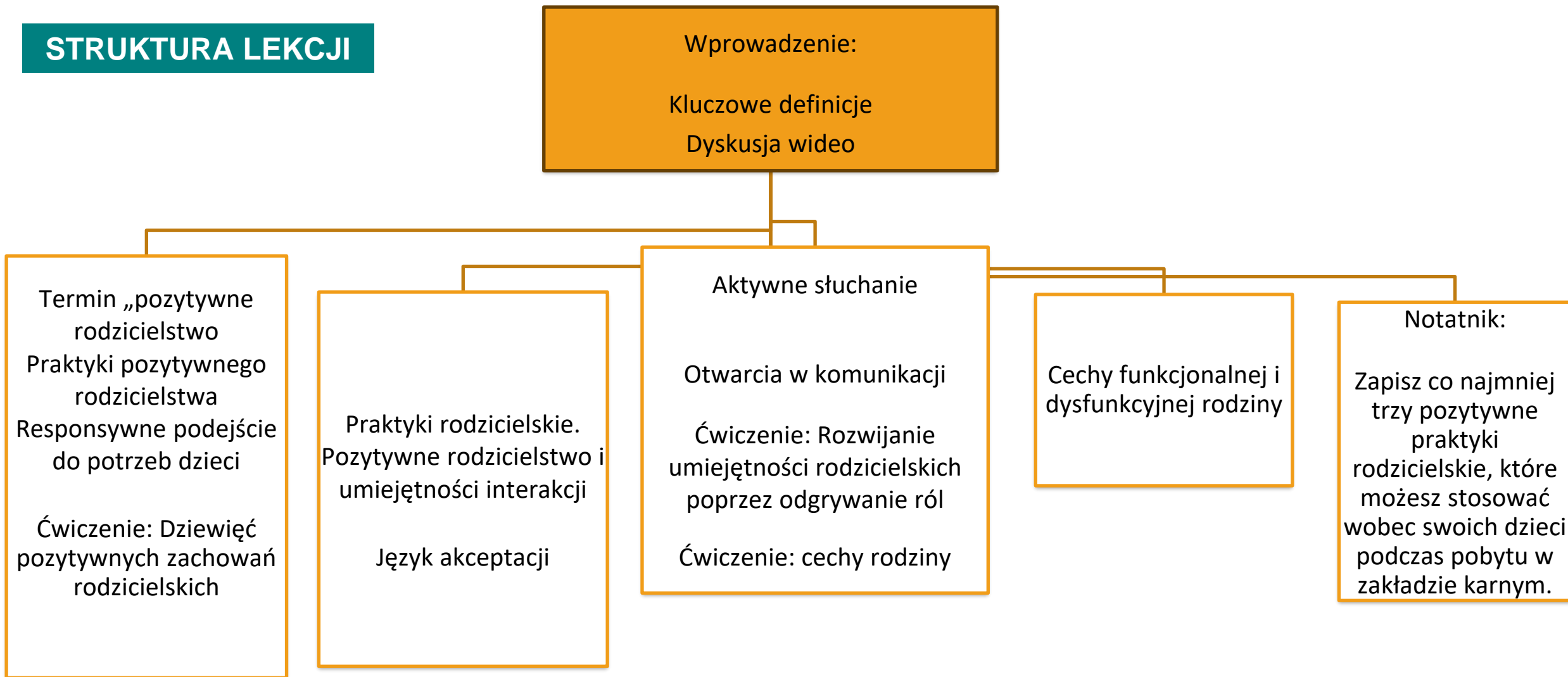
Pozytywne rodzicielstwo wspiera rozwój dziecka, koncentrując się na zachęcaniu, zrozumieniu i konstruktywnych wskazówkach.

### W tej lekcji:

1. Definiowanie pozytywnego rodzicielstwa: Zestaw zachowań rodzicielskich, które zwiększają zdolność dziecka do kochania, zaufania, odkrywania i uczenia się. Dzięki wskazówkom rodziców jest osiągnięty zdrowy rozwój w kontekście sytuacji rodzinnej.
2. Przykłady pozytywnego rodzicielstwa: Reagowanie z wrażliwością na potrzeby dziecka. Zapewnianie spójnych wytycznych i granic dla zachowania dziecka, odpowiednich do jego wieku. Uznawanie i regulowanie własnych potrzeb i emocji przed odpowiedzią na potrzeby dziecka.
3. Zachowania pozytywnego rodzicielstwa: Staraj się dostrzec perspektywę dziecka w chwilach wyzwań lub konfliktów. Reaguj z zainteresowaniem i wrażliwością na potrzeby dziecka.
4. Umiejętności rodzicielskie i umiejętności interakcji: umiejętności komunikacyjne, wzajemność, szacunek, uznanie, umiejętności współpracy.
5. „Język akceptacji”, „Aktywne słuchanie” i „Otwarta komunikacja” jako sposoby reagowania i zachęcania dziecka do dzielenia się własnymi myślami i uczuciami.
6. Cechy rodziny funkcjonalnej vs dysfunkcyjnej



## STRUKTURA LEKCJI





## Ćwiczenie (praca w grupie)

Prosimy uczestników o dobrowolny udział (czterech uczestników) w ćwiczeniu. Każdemu z czterech uczestników jest podawany przykład, w którym ma odegrać rolę. Przykłady są podawane w celu zidentyfikowania sytuacji, w których dziecko wyraża uczucia lub potrzeby. Trenerzy proszą uczestników, aby wzięli odpowiedzialność za odegranie roli rodzica i powiedzieli, jak zareagują, używając:

1. Umiejętności aktywnego słuchania.
2. Umiejętności otwartej komunikacji.

„Mamo, zgadnij! Udało mi się dostać do drużyny koszykówki!”

Odpowiedź Rodzica: ...

„Nie mam ochoty się uczyć, nudzę się”!

Odpowiedź Rodzica: ...

„Nie chcę dziś iść do cioci, wolę zostać w domu i bawić się telefonem komórkowym”!

Odpowiedź Rodzica: ...

„Tato, pokłóciłem się dzisiaj...”.

Odpowiedź Rodzica: ...

### Motto:

Zaangażowanie rodziców w edukację dzieci to klucz do ich sukcesów i rozwoju w pełni potencjału.

### W tej lekcji:

1. Wyjaśnienie czym jest edukacja: Proces nauczania lub zdobywania wiedzy, umiejętności i wartości. Jest sformalizowany w systemie szkolnym, ale ludzie mogą uczyć się głównie z doświadczeń, sytuacji społecznych i innych niesformalizowanych procesów.
2. Znaczenie procesu uczenia się i edukacji: Rozwijanie umiejętności, niezależności, krytycznego myślenia, samodoskonalenia, możliwości i wyzwań itp.
3. Zaangażowanie rodziców w edukację dzieci: Ciągły proces, wsparcie w nauce, monitorowanie, zapewnianie zdrowego i pozytywnego klimatu do nauki, wspieranie pozytywnego nastawienia do szkoły i nauki. Dodatkowo: daje motywację, pozytywne dostosowanie, zwiększa poczucie własnej wartości, poprawia relacje rodzic-dziecko.
4. Praktyki, które mogą pomóc dzieciom poczuć większą więź z rodzicem podczas pobytu w zakładzie karnym: Zrozum ich uczucia i wspieraj je emocjonalnie. Pytaj, słuchaj, dyskutuj, zachęcaj, wczuwaj się w ich potrzeby. Cotygodniowe informowanie o postępach dziecka w szkole. Zachęcaj dziecko do pisania / wysyłania przykładów swojej pracy szkolnej (rysunków, esejów itp.).
5. Lista kontrolna dla rodziców: Co powinni wiedzieć o szkole: Godzina rozpoczęcia i zakończenia dnia szkolnego, powiadamianie o nieobecnościach przez szkołę, ćwiczenia pozaszkolne, roczny plan zajęć szkolnych itp.

## STRUKTURA LEKCJI

Wprowadzenie: Czapka szoguna

Zaangażowanie rodziców w edukację dzieci

Ćwiczenie: empatia - pytania

Stereotypy na temat edukacji

Kluczowe czynniki dla edukacji

Jak rodzice mogą wyjaśnić znaczenie czynników związanych z edukacją?

Style uczenia się i potrzeby

Ćwiczenie:  
Odgrywanie ról

Praktyki, które mogą pomóc dzieciom poczuć większą więź z przebywającym w więzieniu rodzicem

Notatnik:

Napisz list do swojego dziecka/dzieci wyjaśniający, jak ważna jest dla Ciebie ich edukacja i jak będziesz je wspierać w jej osiągnięciu.



## Ćwiczenie: Odgrywanie scenek (prac w parach)

Uczestnicy są podzieleni na pary. Jedna osoba w parze wciela się w rolę dziecka odrabiającego pracę domową (wybiera temat). Druga osoba jest rodzicem, który stara się pomóc dziecku w odrabianiu pracy domowej. Stara się być zaangażowany, bez względu na to, czy jest zaznajomiony z tematem.

Zachęcamy uczestników do odegrania krótkiej scenki na ten temat, a po 3-4 minutach powiedz im, aby zamienili się rolami.

Po odegraniu scenki uczestnicy zastanawiają się, jak czuli się jako dziecko. Jakie były ich potrzeby? Czego chcieli, aby rodzic unikał? Następnie próbują odpowiedzieć na pytania, będąc rodzicem: co było najtrudniejsze?

**Program edukacji rodzinnej  
dla osadzonych**

# **Temat D Relacje z członkami rodziny**



The  
**Golden**  
*thread* 

Agreement number: 2021-1-PL01-KA220-ADU-000033783

# Temat D: Relacje z członkami rodziny

Relacje z innymi członkami rodziny, takimi jak bracia/siostry, wujkowie/ciotki, dziadkowie/matki, a także przyjaciele są bardzo ważne i często są zaniedbywane. Ten krąg relacji uzupełnia sieć rodzinną, dodając element ponownego przepracowania więzi ze wszystkimi członkami rodziny.

**Cele:** Inspirowanie i wzbudzanie uczuć nadziei, optymizmu i oczekiwania, a jednocześnie wzmacnianie motywacji do cięższej pracy, aby ponownie zbliżyć się do bliskich i poprawić jakość swoich relacji.

# TEMAT D

## *Relacje z członkami rodziny*

Lekcja 19: Różne formy komunikacji z członkami rodziny w zakładzie karnym

Lekcja 20: Ponowne połączenie: Jakość czasu spędzanego z członkami rodziny



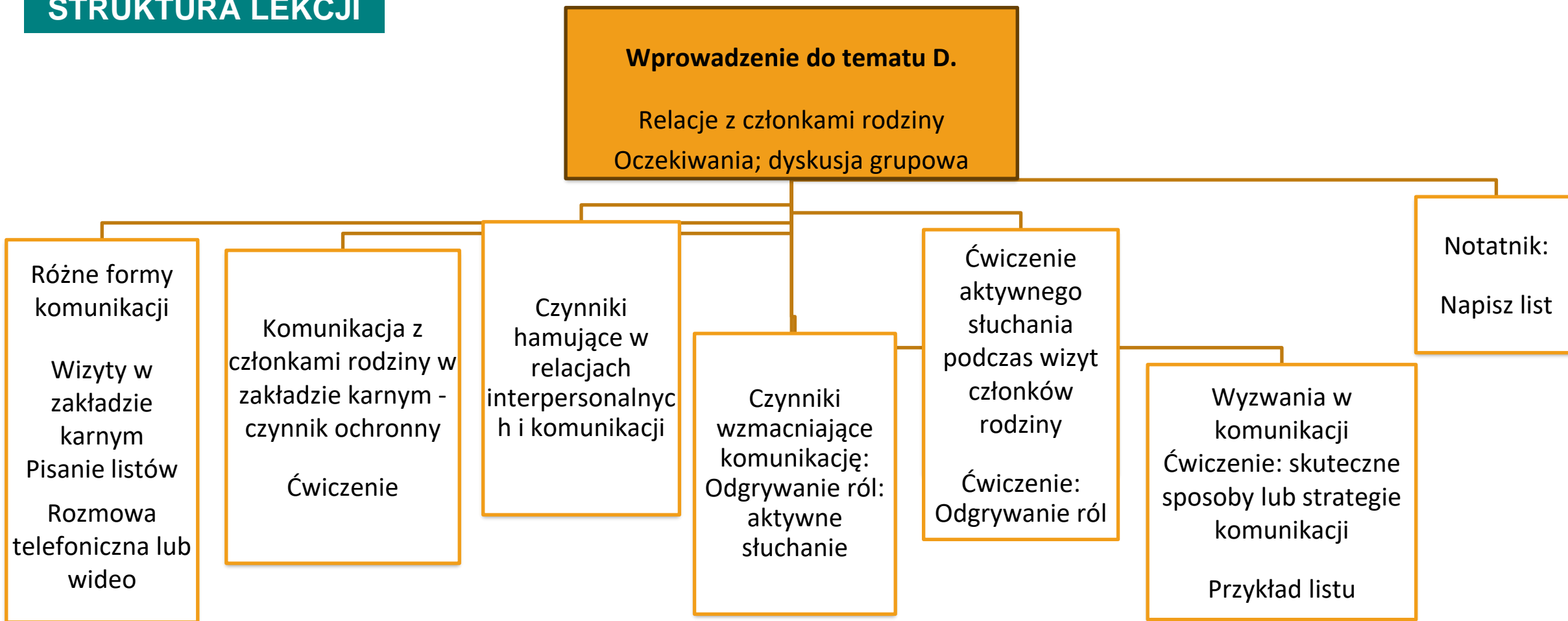
### Motto:

Silne relacje rodzinne są źródłem siły, radości i nieocenionego wsparcia w trudnych chwilach.

### W tej lekcji:

1. Różne formy komunikacji z członkami rodziny w kontekście więzienia: wizyty w więzieniu, pisanie listów, rozmowy telefoniczne i wideo.
2. Komunikacja z członkami rodziny jest korzystna - ma pozytywny wpływ na wszystkich - w tym lepsze zdrowie psychiczne, mniejszą recydywę i poprawę wyników w szkole dla dzieci, łatwiejsze dla osoby uwięzionej ponowne połączenie się z członkami rodziny po zwolnieniu - czynnik ochronny.
3. Czynniki wzmacniające komunikację: empatyczna postawa, umiejętność przekazywania informacji zwrotnych, poczucie własnej wartości, aktywne słuchanie.
4. Wyzwania w komunikacji:
  - Wizyty: Ograniczony czas na wyrażenie uczuć, żartów, potrzeb itp. Brak prywatności. Poczucie wstydu lub dyskomfortu itp.
  - Rozmowy telefoniczne lub wideo: Nieporozumienia, łatwe wszczynanie kłótni itp.
  - Listy: Trudności z wyrażeniem odpowiedniego uczucia lub stanu, wiele informacji, które mogą wprowadzać w błąd itp.

# STRUKTURA LEKCJI





## Ćwiczenie: Odgrywanie ról Aktywne słuchanie

Trenerzy zapraszają dwóch ochotników z grupy. Jeden z uczestników musi opowiedzieć o swoich wymarzonych wakacjach, a drugi musi podążać za nim, stosując techniki aktywnego słuchania.



# Lekcja 20: Ponowne połączenie: Jakość czasu spędzanego z bliskimi

## KONTEKST TEORETYCZNY

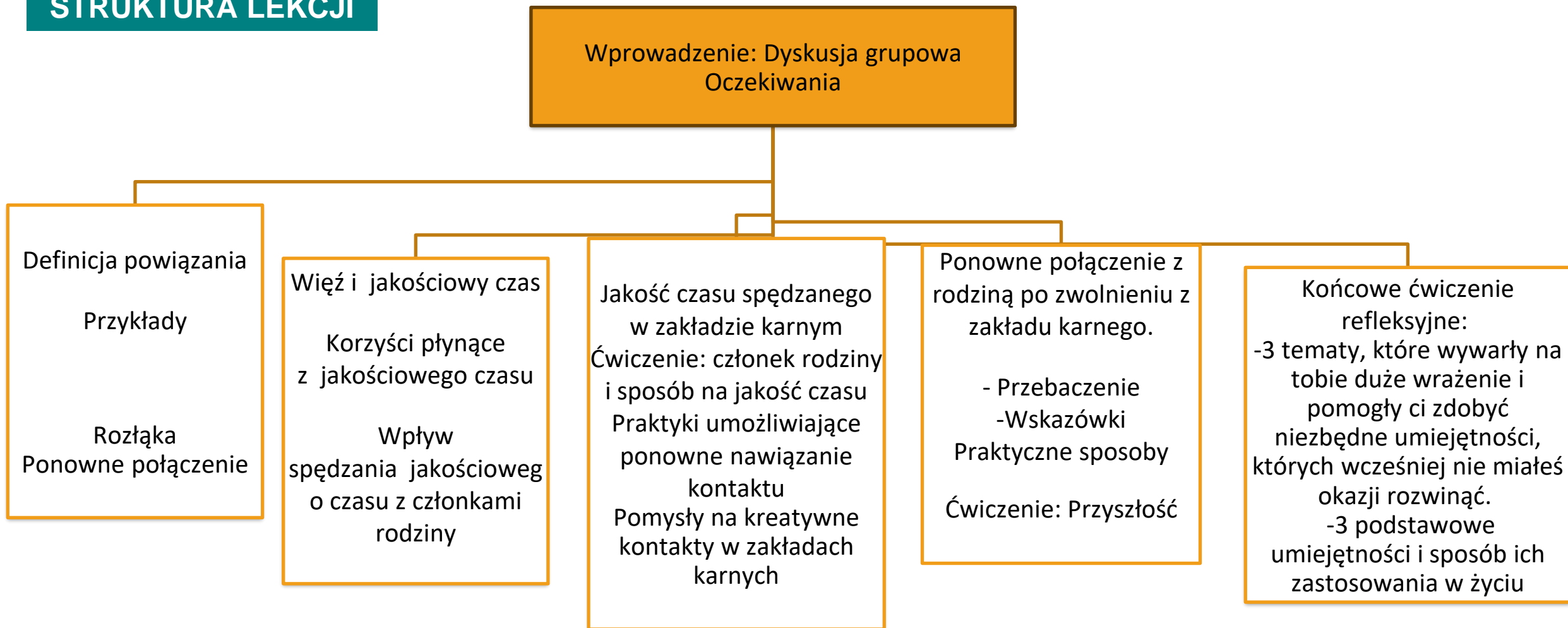
### Motto:

Poczucie przynależności do rodziny daje siłę, bezpieczeństwo i pewność, że zawsze jesteśmy kochani i akceptowani.

### W tej lekcji:

1. Definicja więzi: Fakt bycia lub czucia się społecznie, emocjonalnie, duchowo lub zawodowo związanym z innymi. Poczucie przynależności do grupy lub bliskości z innymi ludźmi.
2. Jakość czasu spędzanego z rodziną i więź rodzinna:
  - Co oznacza jakościowy czas: Efektywny czas spędzony razem, znaczący czas, wyeliminowane czynniki rozprasające itp.
  - Wpływ wysokiej jakości czasu na relacje: poczucie przynależności, czas na interakcję, zdrowie psychiczne i emocjonalne.
  - Jakościowy czas spędzany w zakładzie karnym: pomoc członkom rodziny w budowaniu poczucia bezpieczeństwa i bliskości, wzmocnienie więzi rodzinnych.
3. Strategie ponownego nawiązywania więzi: odwiedziny i ciągła komunikacja.
  - Pomysły na kreatywne spotkania: opowiadanie historii, quizy, gry, pytania.
  - Ponowne nawiązanie kontaktu z członkami rodziny po zwolnieniu: wyzwania (mieszkanie, kontakt z rodziną, zatrudnienie, społeczność).
  - Ponowne połączenie - wartość przebaczenia: przebacz, zaakceptuj, ustal granice i role.
  - Wskazówki dotyczące powrotu do rodziny: Przygotuj się na trudności w dostosowaniu się, bądź szczery w kwestii problemów. Zapewnij prywatność i przestrzeń osobistą. Znajdź czas na własne potrzeby itp.
  - Wspólne aktywności: rozmowy, spacer, plany, spotkania rodzinne, gotowanie, wakacje itp.

# STRUKTURA LEKCJI





## Ćwiczenie: Przyszłość

Sporządź listę ważnych rzeczy, które planujesz zrobić po zwolnieniu, aby spędzić czas z członkami rodziny.

Możesz też narysować swoje plany na przyszłość!

# Skuteczne wdrażanie programu edukacji rodzinnej dla osadzonych

Dobre przygotowanie (rozumienie planów lekcji i prezentacji Power Point)

Ćwiczenie działań przed przeprowadzeniem w trakcie zajęć

Ustalenie zasad we współpracy z osadzonymi.

Budowanie normalności i kultury edukacyjnej na lekcjach - Bezpieczne miejsce

Dostosowanie ćwiczeń do potrzeb osadzonych i zakładu karnego

Uproszczenie pojęć, terminów z prezentacji Power Point

Wyjaśnianie terminów, pojęć, zagadnień na przykładach z życia codziennego

Proszenie o podzielenie się obawami / zmartwieniami / rozwiązaniami

Angażowanie uczestników w procedury - pytanie ich o opinię/ informację zwrotną

Normalizowanie negatywnych uczuć

Lepiej jest realizować program w dwuosobowych zespołach trenerskich

# The **Golden** *thread*



## 2. WDRAŻANIE PROGRAMU W KONTEKŚCIE WIĘZIENNYM DOBRE PRAKTYKI I WYZWANIA

Autorzy:

Olga Solomontos- Kountouri, Maria Petridou & Louiza Michail,  
*Theological School of the Church of Cyprus*

Xenofon Chalatsis, *Athens Life long Learning Institute*

Rafael Lupson, *Aproximar*





# Filozofia Programu

Brak postawy osądzącej  
Wykorzystywanie edukacji jako narzędzia  
rozwoju osobistego

Empatia  
Akceptacja  
Autentyczność

**Podejście  
humanistyczne**

Wiara w mocne strony danej osoby, a nie  
nacisk na przewinienia/brak umiejętności  
Wzmocnienie sprawczości poszczególnych  
osób

Oferowanie drugiej szansy w życiu  
Ma na celu ułatwienie powrotu do  
społeczności  
Zmniejszenie ryzyka ponownego  
popętnienia przestępstwa

# Charakterystyka skutecznego trenera w kontekście więziennym

Otwarta /  
wspierająca  
postawa

Umiejętności  
empatycznego  
słuchania

Kreatywność

Autentyczność

Poczucie humoru

Asertywność

Elastyczność

Równowaga  
między  
przestrzeganiem  
zasad a autonomią

Pewność siebie i  
nieokazywanie  
strachu

Bycie świadomym  
swoich uprzedzeń i  
granic

Współpraca z  
osadzonymi i  
personelem  
więziennym

# Wyzwania związane z pracą z osadzonymi

Kontekst więzienny jest bardzo wymagający.

- ✓ Kultura instytucjonalna
- ✓ Ograniczone zasoby - ograniczony czas na lekcje
- ✓ Surowe zasady
- ✓ Zabezpieczony system - wiele kontroli przed wejściem do więzienia
- ✓ Lekcje psychoedukacyjne nie są w pełni poufne - personel więzienny czuwa nad bezpieczeństwem.
- ✓ Nie można efektywnie korzystać z technologii.
- ✓ Ciągłe zakłócenia planowanych ćwiczeń edukacyjnych z powodu przeniesienia/zwolnienia osadzonych, braku ochrony i/lub personelu edukacyjnego w zakładach karnych

(Vryonides, 2016)

# Wyzwania związane z pracą z osadzonymi

Osadzeni są bardzo wymagającą grupą społeczną.

- ✓ Różnorodność grupy (różne pochodzenie itp.)
- ✓ Brak różnych potrzebnych w kursie umiejętności
- ✓ Często „testują granice” □ mają tendencję do łamania zasad
- ✓ Mają trudności z zaufaniem ci - mogą kwestionować twoje motywy do pracy z nimi.
- ✓ Łatwo się nudzą
- ✓ Nie wierzą w wartość edukacji. Mogą ignorować znaczenie projektu ze względu na wcześniejsze negatywne doświadczenia/porażki w systemie edukacji.
- ✓ Mogą czuć się zagrożeni, ponieważ pochodzą ze społeczności.
- ✓ Często brakuje im umiejętności interpersonalnych □ Przerywają kursy, mogą mówić niegrzecznie.
- ✓ Mają niską motywację do nauki.
- ✓ Łatwo się obrażają - są bardzo ostrożni w kwestii stygmatyzacji (werbalnej i niewerbalnej).
- ✓ Niska samoocena

(Vryonides, 2016)

# Wyzwania związane z pracą z osadzonymi w zakresie ich relacji rodzinnych

- ✓ Osobiste - wrażliwe zagadnienia dla osadzonych
- ✓ Poczucie wstydu, winy itp.
- ✓ Wieloletnia rozłąka z powodu uwięzienia
- ✓ Odległość od członków rodziny
- ✓ Doświadczenie odrzucenia przez rodzinę
- ✓ Doświadczenie różnego rodzaju strat (np. rozwód, brak kontaktu z dziećmi, brak rodziny).
- ✓ Traumatyczne doświadczenia ze strony rodziców lub rodziny (wielu więźniów było ofiarami znęcania się nad rodziną).

# Wytyczne dla trenerów w kontekście więziennym

**Kontakt z osadzonymi:** Chociaż środowisko w więzieniach nie jest takie samo jak w zwykłym systemie edukacji, system edukacji więziennej ma taką samą atmosferę zażyłości jak każda instytucja edukacyjna.

Z tego powodu osadzeni (uczniowie) oczekują, że będziemy ich traktować jak uczniów, którzy niezależnie od popełnionego przestępstwa mają prawo do równych szans edukacyjnych. Dlatego rolą trenera jest zapewnienie tej możliwości i zagwarantowanie tego prawa.

**Dyskrecja:** Osadzeni mogą czuć się pod presją ze strony osób, które nie pracują w zakładzie karnym.

Unikaj zadawania osobistych pytań (np. Dlaczego przebywasz w zakładzie karnym? Ile lat przebywasz w zakładzie karnym?)

# Wytyczne dla trenerów w kontekście więziennym

## **Szkolenie nie jest terapią. Nie jesteś terapeutą.**

Jeśli osadzony czuje potrzebę wyznania czegoś, dobrze jest zastosować **technikę aktywnego/empatycznego słuchania**, ale bez proszenia o dalsze wyjaśnienia.

**Relacje z osadzonymi:** W kontekście poszanowania godności ludzkiej, więźniowie nie potrzebują litości.

Potrzebują trenerów, którzy uznają ich zdolności, szczególne zainteresowania i prawo do rozwoju w zakresie wiedzy i umiejętności. **Dlatego wymagane są relacje trener-podopieczny charakteryzujące się powagą**, bez wykazywania nadmiernej familiaryzacji werbalnej (np. zdrobnienia i zaimki dzierżawcze). Ponadto nie jest wskazany żaden kontakt fizyczny, poza zwykłym uściskiem dłoni.

# Wytyczne dla trenerów w kontekście więziennym

**Wygląd:** Szczególną uwagę należy zwrócić na ubiór trenerów.

Sugeruje się, aby preferować proste i wygodne ubrania oraz odpowiedni wygląd, aby nie było podejrzeń o prowokowanie zatrzymanych.

**Lekcje:** Aby zwiększyć liczbę osadzonych chętnych do udziału w zajęciach, upewnij się, że prezentujesz materiał, który ich interesuje i ma odpowiednią treść.

Sugeruje się, aby lekcje miały ciągłość, tak aby osadzeni mogli postępować zgodnie z określoną procedurą uczenia się. Możesz także pozostawić im dodatkowe materiały, które posłużą jako przypomnienie lub ćwiczenia.

**Obawy:** Jeśli chcesz lepiej zapoznać się z procedurami nauczania w zakładzie karnym lub masz jakiegokolwiek pytania, zawsze możesz zwrócić się do osoby odpowiedzialnej za edukację w zakładzie karnym.

Nie podejmuj inicjatywy w zakładzie karnym, jeśli nie masz pewności co do zasad/procedur.



# Wytyczne dla trenerów - procedury bezpieczeństwa w polskich więzieniach

- ✓ Każdy zakład karny ma własne zasady/procedury bezpieczeństwa. Przed wizytą w zakładzie karnym zapoznaj się z zasadami bezpieczeństwa.
- ✓ Aby wejść na teren zakładu karnego, należy okazać oficjalny dokument (zazw. dowód osobisty).
- ✓ Zabrania się noszenia i używania telefonów komórkowych na terenie zakładu karnego.
- ✓ Istnieje możliwość kontroli fizycznej w zakładzie karnym przez funkcjonariuszy tej samej płci co Ty.
- ✓ Noszenie i używanie urządzeń elektronicznych jest niedozwolone – dotyczy to również nośników danych.
- ✓ Dlatego musisz mieć wydrukowane prezentacje PowerPoint, plany lekcji i arkusze robocze do materiałów lekcyjnych.
- ✓ W porozumieniu z personelem zakładu karnego możesz wcześniej przesłać prezentacje PowerPoint w formie elektronicznej.
- ✓ Możliwość wnoszenia napojów i pożywienia różni się między jednostkami, ale najczęściej nie jest to dozwolone z wyjątkiem wody butelkowanej, która musi być szczelnie zamknięta.
- ✓ **Pod żadnym pozorem nie wolno przekazywać prezentów ani przedmiotów osadzonym, ani też przyjmować prezentów lub przedmiotów od osadzonych, nawet tych, które mogą być uważane za nieistotne.**
- ✓ Trener nie może przekazywać zatrzymanym swojego telefonu, adresu e-mail ani innych danych osobistych.
- ✓ Często kontaktuj się z osobą odpowiedzialną za wdrażanie, nadzorowanie programu w zakładzie karnym.

# Lista kontrolna zadań przed pierwszą wizytą w zakładzie karnym

## Przed wizytą konieczne jest:

- Nawiązanie kontaktu z osobą odpowiedzialną w danym zakładzie karnym - zapoznanie się z procedurami bezpieczeństwa i nauczania obowiązującymi na terenie danej jednostki.
- Uzyskanie informacji na temat harmonogramu zajęć (np. dzień i godzina, liczba i profil uczestników, oddział itp.)
- Wydrukowanie wszystkich niezbędnych materiałów (np. kwestionariuszy, planów lekcji, prezentacji PowerPoint, arkuszy roboczych).
- Dokonanie wszystkich niezbędnych ustaleń z wyprzedzeniem, aby uzyskać dostęp do wszelkich zasobów potrzebnych w zakładzie karnym.

## Wizyta w więzieniu:

- Wcześniejsze przybycie do zakładu karnego pozwala przejść wszystkie kontrole bezpieczeństwa bez marnowania czasu lekcji.
- Miej przy sobie dowód tożsamości lub inny oficjalny dokument (w formie fizycznej, nie w telefonie).
- Wszystkie niezbędne materiały powinny być bezpiecznie przechowywane w teczkach.
- **Pamiętaj, że nie jesteś sam/a. Możesz tam poprosić o wszystko, czego potrzebujesz!**
- **Ciesz się procesem. Praca z osadzonymi to życiowy dar. Otrzymasz i nauczysz się więcej niż dasz!**

# Szkolenie Golden Thread – kwestie praktyczne

- **Liczba bloków tematycznych: 4**
- **Liczba lekcji: 20**
- **Czas trwania każdej lekcji: 90 min**
- **Całkowity czas trwania:  $20 \times 90 = 1800 / 60 = 30$  godzin**
- **Częstotliwość sesji w tygodniu: maksymalnie 2**
- **Pomocnicze materiały:** Prezentacja PowerPoint, przewodnik trenera, podręcznik ucznia, dodatkowe materiały dydaktyczne i edukacyjne (listy obecności, szablony raportów, arkusze robocze, zeszyty ćwiczeń itp.)
- **Dokumenty do konsultacji:** Program nauczania rodzinnego
- **Dokumenty do prowadzenia dokumentacji:** listy obecności
- **Ewaluacja i ocena:** testy oceny wstępnej i końcowej, ocena szkolenia (na koniec).

# Bibliografia

- Dewey, S., Codallos, K., Barry, R., Drenkhahn, K., Glover, M., Muthig, A., ... & Abbott, B. (2020). Higher education in prison. *Journal of Correctional Education (1974-)*, 71(1), 57-89.
- Hawley, J., Murphy, I., & Souto-Otero, M. (2013). Prison education and training in Europe: Current state-of-play and challenges. *Birmingham: GHK*.
- Vryonides, M. (2016). What is the profile of prisoners in terms of basic skills: Evidence from four European countries. *Innovative learning models for prisoners*, 4, 11.
- Vryonides, M., & Torlone, F. (2016). *Innovative learning models for prisoners* (p. 132). Firenze University Press.



***PREZENTACJE / MATERIAŁY  
EKSPERCKIE***



Co-funded by  
the European Union

The  
**Golden**  
*thread* 

The  
**Golden**  
*thread* 

### 3. KONTEKST TEORETYCZNY PROGRAMU NAUCZANIA RODZINNEGO DLA OSADZONYCH

Autorki: Olga Solomontos-Kountouri, Maria Petridou, Louiza Michail (Theological School of the Church of Cyprus)



# Odstąpienie od przestępczości - szeroka definicja

- Teoria odstąpienia zajmuje się tym, w jaki sposób jednostki mogą powstrzymać przestępcze zachowania. Kładzie nacisk na sposób, w jaki ludzie rozumieją i nadają sens przekształceniu swojej tożsamości.

Teoria odstąpienia jest teorią opartą na dowodach, która pokazuje, że odstąpienie od przestępczości opiera się na:

- (a) rozwoju dojrzałości osobistej.
- (b) zmianie więzi społecznych, które są związane z przemianami życiowymi.
- (c) osobistej narracji - tożsamości (Maruna, 2001) i dojrzewaniu emocjonalnym (Vaughan, 2007).

# Literatura - Przegląd teoretyczny

(Teoria odstąpienia od przestępczości jest jedną z dominujących we współczesnej kryminologii)

- Rozwój teorii w XXI wieku - łączy teorie, badania i specjalistyczne metodologie.
- Badania długoterminowe dotyczące przebiegu życiorysu przestępczego i rezygnacji z nałogu (Laub i Sampson, 2001)
- Postęp metodologiczny zdolny do modelowania trendów długoterminowych
- Dynamiczne teorie przestępczości (jak można przewidzieć ponowne popełnienie przestępstwa na podstawie indywidualnych cech)
- Badania jakościowe dotyczące odstąpienia od przestępstwa (Veysey i in., 2013)
- Wzrost populacji więziennej



# Odstąpienie od przestępczości jako proces

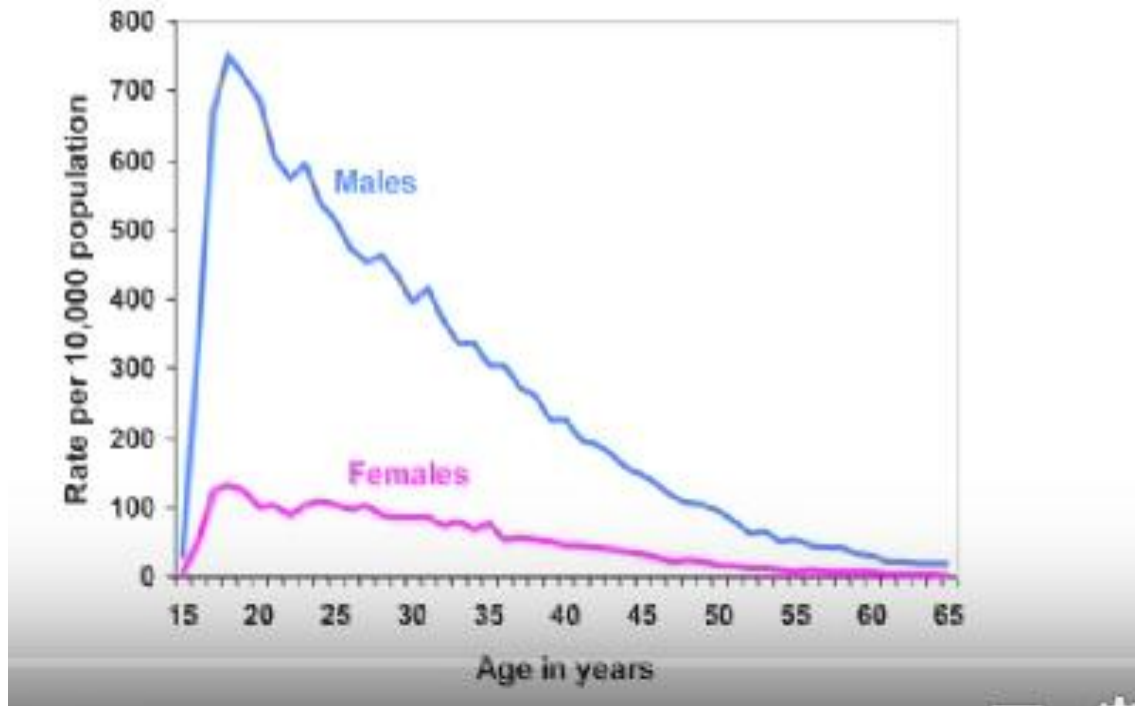
- Odstąpienie jako dynamiczny proces, w którym zaprzestanie popełniania przestępstw rozpoczyna się znacznie wcześniej niż ostatnie przestępstwo (Bushway i in., 2001; Laub i Sampson, 2001; Maruna, 2001).
- Maruna (2001, s. 26) definiuje powstrzymanie się od przestępstwa jako „długotrwałą abstynencję od przestępczości”.
- Laub i Sampson (2001) twierdzą, że odstąpienie może obejmować zmniejszenie częstotliwości i nasilenia przestępstw, ale nie ogranicza się do zaprzestania popełniania przestępstw.

# Odstąpienie od przestępczości jako rezultat

- Chociaż powszechnie uznaje się, że odstąpienie od przestępstwa nie jest równoznaczne z zakończeniem procesu, uwaga poświęcona punktowi, w którym ktoś przestaje być przestępcą, jest nadal ważna. Szczególnie w przypadku polityk, które stawiają ryzyko ponownego popełnienia przestępstwa na pierwszym miejscu przy podejmowaniu decyzji.
- W tym przypadku nacisk kładzie się na statystyczne określenie liczby lat bez popełnienia przestępstwa lub czasu zmiany, zanim ktoś przestanie (Bushway i in., 2011). Podejście to ma na celu określenie punktu, w którym byli przestępcy nie mogą być statystycznie odróżnieni od populacji ogólnej. Badania te pokazują, że po aresztowaniu siedmioletni okres wolny od przestępstw prowadzi do statystycznego podobieństwa między byłymi przestępcami a osobami niebędącymi przestępcami (Kurlychek i in., 2007).
- „Czas czysty” różni się w zależności od rodzaju przestępstwa. Jest on krótszy w przypadku sprawców przestępstw przeciwko mieniu (około pięciu lat) niż w przypadku sprawców przestępstw z użyciem przemocy i poważnych przestępstw (około ośmiu lat) (Blumstein i Nakamura 2009).

# Trendy związane z odstępowaniem od przestępczości

## A typical age-crime curve (McVie 2009)



Krzywa wieku skorelowana z przestępczością ujawnia trajektorię, która osiąga szczyt w późnym okresie dojrzewania i spada wraz z wiekiem.

Odejście od przestępczości jest normą, nawet wśród osób zidentyfikowanych jako chroniczni przestępcy wysokiego stopnia. Sullivan (2013, s. 207) konkluduje: „...jest jasne, że naturalna historia przestępczości wiąże się ze sporą ilością zmian”.

# Podejście strukturalne vs podejście subiektywne

- Teorie strukturalne kładą nacisk na historyczne, instytucjonalne i kulturowe siły, które hamują lub umożliwiają indywidualne ścieżki rozwoju.
- Kontekst społeczny kształtuje zdolność jednostki do działania.
- Teorie subiektywne postrzegają jednostki jako osoby aktywnie odpowiedzialne za zmianę, które doprowadzają do odstąpienia.
- Bardziej niż zdolność do podejmowania decyzji, jednostki świadomie planują swoje działania. Osoby mogą ponownie przeanalizować swoją przeszłość (Maruna, 2001), zrekonstruować swoje obecne „ja” (Giordano i in., 2002) lub obawiać się swojego przyszłego „ja” (Paternoster i Bushway 2009), aby zainicjować proces zmiany oparty na odstąpieniu od danego działania / grupy działań

# Czynniki sprzyjające odstąpieniu od przestępczości

## Strukturalne czynniki

- Małżeństwo
- Zatrudnienie
- Edukacja
- Ojcostwo - Macierzyństwo
- Separacja od czynników takich jak
  - rówieśnicy z przestępczym doświadczeniem
  - środowiska kryminogenne

## Indywidualne czynniki

- Tożsamość
- Sprawczość
- Pragnienie zmiany
- Gotowość do zmiany
- Wiara w zdolność do zmiany
- Poczucie wyrozumiałości

# Znaczenie edukacji dla odstąpienia od przestępczości

- Edukacja jest czynnikiem chroniącym przed przestępczością
- Większa liczba lat edukacji formalnej zmniejsza ryzyko przestępczości i uwięzienia (Lochner i Moretti, 2004, Yildiz i in., 2013).
- Niski poziom wykształcenia koreluje z wyższym ryzykiem karalności (Fabelo, 2002, Vacca, 2004) i wykroczeniami (Savolainen i in., 2012).
- Programy edukacyjne dla osadzonych ułatwiają proces zatrudnienia (Lockwood et al., 2012, Filella-Guiu i Blanch-Plana, 2002, Graffam i in., 2014, Torre i Fine, 2005, Unruh i in., 2009).
- Ważne jest, aby podkreślić, że jeśli osadzeni nie mają szansy na zmianę swojego życia w więzieniu, ich wyrok będzie stale negatywnie wpływał na kształtowanie ich tożsamości (stygmatyzacja, marginalizacja), co jest szkodliwe dla nich i społeczeństwa.

# Jakiego rodzaju edukacja sprzyja odstępowaniu od przestępczości

- Po opuszczeniu zakładu karnego były osadzony/a będzie musiał/a stawić czoła wielu przeszkodom. Tak jak niskie wykształcenie nie było jedynym czynnikiem, który przyczynił się do popełnienia przestępstwa, tak udana reintegracja ze społeczeństwem wymaga ogólnej „zmiany stylu życia” (Graffam i in., 2014). Elementy takiej zmiany obejmują restrukturyzację poznawczą, która prowadzi do prospołecznej tożsamości i poczucia własnej skuteczności, aby pozostać wolnym od przestępczości (Maruna, 2001).
- Edukacja, która będzie ukierunkowana wyłącznie na zdolność danej osoby do zatrudnienia, nie będzie odpowiednia dla takiej zmiany. Istnieje potrzeba holistycznych, skoncentrowanych na człowieku programów edukacyjnych, których głównym celem i nieuniknionym rezultatem jest transformacyjna zmiana (Torre i Fine, 2005).

# Elementy skutecznych programów interwencyjnych

- Menon i Cheung (2018) dokonali przeglądu 12 badań (2007 i 2017), w których oceniono 12 więziennych programów edukacyjnych w celu zidentyfikowania dowodów naukowych wspierających budowanie opartej na rezyliencji i odstąpieniu ścieżki dla nieletnich przestępców w celu pozytywnego powrotu do społeczeństwa.

## Zasoby wewnętrzne obejmują :

- Pozytywną tożsamość (nastawioną na destygmatyzację)
- Kompetencje społeczne (np. planowanie i podejmowanie decyzji, kompetencje interpersonalne, kompetencje kulturowe, umiejętności oporu, pokojowe rozwiązywanie konfliktów)
- Zaangażowanie w naukę
- Pozytywne wartości (np. troska, równość i sprawiedliwość społeczna, prawość, uczciwość, zrozumienie odpowiedzialności i ograniczeń)



# Elementy skutecznych programów interwencyjnych

Zasoby zewnętrzne obejmują 20 podkategorii zgrupowanych w czterech szerokich kategoriach:

- Wsparcie (obecność miłości i akceptacji)
- Granice i oczekiwania (obecność odpowiednich zasad, wytycznych i oczekiwań ustalonych przez instytucje - rodzinę, szkołę, pracę)
- Upodmiotowienie (zdolność do czucia się bezpiecznym i docenianym)
- Konstrukttywne wykorzystanie czasu.

Podkreślono zarówno wewnętrzne, jak i zewnętrzne zasoby, aby pomóc przestępcom w uzyskaniu wewnętrznej świadomości i dostępu do zasobów zewnętrznych.

W związku z tym zaleca się zrównoważony model działania z naciskiem na budowanie zasobów w celu opracowania holistycznego planu reintegracji, aby pomóc przestępcom w powrocie do społeczeństwa i pozostaniu wolnym od przestępczości.



# Golden Thread w kontekście teorii odstąpienia od przestępczości

Program Golden Thread jest zgodny z teorią i wynikami badań na temat odstępowania od przestępczości i przyczynia się do reintegracji osadzonych z rodziną i społeczeństwem poprzez trzy ważne rezultaty:

1. Kompleksowy **Program edukacji rodzinnej dla osadzonych** oferuje psychoedukację ukierunkowaną na rozwój osobisty, umiejętności komunikacji z członkami rodziny i podstawowe umiejętności rodzicielskie w podejściu holistycznym, empirycznym, interaktywnym, opartym na teorii i dowodach.
2. Szeroko zakrojone **badania ilościowe** (351 kwestionariuszy ankiety przeprowadzonych z osadzonymi kobietami i mężczyznami z 4 krajów) i **jakościowe** (15 wywiadów z każdego kraju = 60, przeprowadzonych z byłymi osadzonymi, członkami rodzin osób odbywających karę pozbawienia wolności i ze specjalistami) nt. potrzeb, przeszkód i zaleceń dotyczących reintegracji rodzin osób skazanych na karę pozbawienia wolności.
3. Metodologia **Tworzenia Grup Wsparcia Rodzin Więźniów**, metodologia i pilotaż tworzenia grupy wsparcia dla rodzin więźniów, w celu utrzymania i naprawy relacji oraz dalszego wkładu w proces resocjalizacji przestępców.

The  
**Golden**  
*thread* 

## 4. EDUKACJA I SZKOLENIA W CENTRACH KOREKCYJNYCH (PRZYKŁAD CYPRU)

Autor: Iakovos Stylianou

(koordynator edukacji więziennej, Departament  
Więziennictwa Cypru)



Co-funded by  
the European Union



UNIVERSITY  
OF LODZ



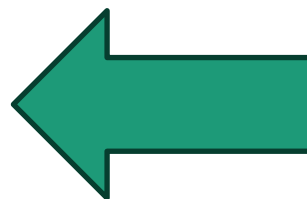
ATHENS  
LIFELONG  
LEARNING  
INSTITUTE



# Edukacja dorosłych

6 głównych zasad nauczania dorosłych wg programu Wymiany Zasobów Orientacji Kulturowej (CORE):

1. Dorośli są motywowani wewnętrznie i samodzielni.
2. Dorośli wnoszą do nauki swoje doświadczenia życiowe i wiedzę.
3. Dorośli są zorientowani na cele.
4. Dorośli są zorientowani na znaczenie.
5. Dorośli są praktyczni.
6. Uczący się dorośli chcą być szanowani.



**CORE**  
Cultural Orientation Resource Exchange

## SIX PRINCIPLES OF ADULT LEARNING

- 1 Adults are internally motivated and self-directed.**  
*Amina is new to the United States and wants to help her family be successful by learning as much as possible in CO.*
- 2 Adults bring life experiences and knowledge to learning.**  
*Dao is excited to talk about health in CO, since she was a health care professional in her home country.*
- 3 Adults are goal-oriented.**  
*Josef is a newly arrived refugee in the United States and he wants to find a job to be self-sufficient.*
- 4 Adults are relevancy-oriented.**  
*Babarak has children, so he's very interested in learning more about the education system in the United States.*
- 5 Adults are practical.**  
*Hana needs to write checks and be comfortable with banking in the United States, so she can pay her bills.*
- 6 Adult learners like to be respected.**  
*Khin is more than a refugee. He is a father and grandfather, a husband, and a professional.*

# Potrzeby dorosłych uczestników programów edukacyjnych w zakładach karnych

1. Dorośli uczestnicy programów edukacyjnych mają potrzebę bycia szanowanymi.
2. Mają potrzebę dzielenia się swoimi doświadczeniami.
3. Niejednokrotnie mają potrzebę nawiązania nowych, wartościowych znajomości / przyjaźni.
4. Mogą czuć potrzebę i próbować zbliżyć się do edukatora, ponieważ poszukują zrozumienia i uznania ze strony osób nie związanych ze środowiskiem przestępczym / więziennym.

## Edukatorzy w zakładach karnych

1. Edukatorzy muszą wiedzieć, gdzie, kogo i w jakim celu podejmują nauczanie.
2. Muszą szanować środowisko więzienne i panujące w nim zasady.
3. Nadmierna ciekawość nie jest dobrym "partnerem" dla edukatora więziennego.
4. Muszą ustalić jasne i wyraźne relacje z osadzonymi.

# Funkcja koordynatora edukacji w zakładzie karnym (Cypr)

- ✓ Bada potrzeby edukacyjne osadzonych.
- ✓ Pełni obowiązki dyrektora wszystkich szkół działających przy danej jednostce penitencjarnej.
- ✓ Uczestniczy w Radzie Ośrodków Resocjalizacyjnych w kwestiach edukacyjnych.
- ✓ Zajmuje się organizacją i prowadzeniem innych programów edukacyjnych dotyczących zainteresowań osadzonych, takich jak teatr, sztuka, garncarstwo itd.
- ✓ Jest odpowiedzialny za sprawy związane z więźniami, którzy studiują na uniwersytecie.

# Szkolenia w jednostkach penitencjarnych

W 1989 r. Rada Europy wydała zalecenie w sprawie szkolenia w placówkach korekcyjnych, którego celem jest zmniejszenie negatywnych konsekwencji pozbawienia wolności.

## Potrzeba edukacji wśród osadzonych wynika z:

- odporności na oddziaływania instytucjonalne,
- potrzeby osadzonych utrzymania równowagi psychicznej,
- perspektywy integracji społecznej i zawodowej po zwolnieniu.

## Programy szkoleniowe w zakładach karnych mają na celu:

- kreatywne spędzanie czasu,
- nabywanie lub doskonalenie umiejętności,
- nabycie (podniesienie) poczucia własnej wartości,
- integracja społeczna po zwolnieniu,
- ograniczenie ryzyka recydywy.

# Szkolenia w jednostkach penitencjarnych

## **Aby edukacja była skuteczna:**

- powinna odpowiadać na potrzeby osadzonych
- zapewniać więźniom różne możliwości wyboru
- zapewnić ciągłość poziomów edukacyjnych

Uczestnicząc w programach edukacyjnych i szkoleniowych w zakładzie karnym, osadzeni/osadzone:

- zdobywają umiejętności w celu wejścia na rynek pracy po zwolnieniu;
- rozwijają konkretne umiejętności i kompetencje;
- poszerzają swoje zainteresowania i odkrywają nowy wymiar otaczającej ich rzeczywistości, bardziej optymistyczny i pozytywny;  
... ale też:
- liczą na skrócenie kary;
- wypełniają czas bezczynności ("czas martwy") w więzieniu.



# Po co edukacja w więzieniu?

## Edukacja w więzieniu:

- ✓ Zmniejsza prawdopodobieństwo powrotu do przestępczości (recydywy).
- ✓ Zwiększa prawdopodobieństwo znalezienia zatrudnienia.
- ✓ Jest opłacalna ekonomicznie (mniejsza przestępczość, większe zatrudnienie, mniejsze obciążenie dla państwa ze względu na konieczność utrzymania osadzonych w więzieniu) i jako taka stanowi inwestycję.
- ✓ Podnosi poczucie własnej wartości, sprawczości i przedsiębiorczości osadzonych.
- ✓ Niesie ze sobą korzyści środowiskowe (w tym te o charakterze międzypokoleniowym) - dla rodzin i dla społeczności, do których powracają osoby opuszczające więzienia.
- ✓ Powinna być nastawiona na ponowne połączenie uczestników z systemem edukacji.
- ✓ Powinna wspierać rozwijanie umiejętności metapoznawczych osadzonych (tj. uczenie się, jak się uczyć).
- ✓ Powinna wspierać aktywne uczestnictwo.

# Innowacje cyfrowe w edukacji więziennej



## Więżniowie powinni wiedzieć:

- Jak działa nowy cyfrowy świat.
- Jak korzystać z mediów społecznościowych.
- Jakie są nowe (związane z w/w.) sposoby poszukiwania zatrudnienia.

## Innowacje cyfrowe w więzieniu powinny:

- Wykorzystać nowe technologie.
- Zmniejszać luki komunikacyjne między więzieniem a światem zewnętrznym.
- Uświadamiać osadzonym, jakie zagrożenia wiążą się z korzystaniem z nowej komunikacji cyfrowej.

# Innowacje cyfrowe w edukacji więziennej

Głównym problemem we wdrażaniu innowacji cyfrowych w programach edukacji więziennej jest brak dostępu do Internetu.

- W Nikozji wszystkie szkoły przywiezione są wyposażone w komputery (offline).
- Oferują materiały audiowizualne dla uczniów / studentów.
- Dostępne są również nagrane materiały interaktywne.
- Możliwość nauczania w formie hybrydowej - w ramach zajęć odbywają się lekcje online lub przy fizycznej obecności edukatora.

Niezbędny jest w tym kontekście specjalnie wykwalifikowany personel, co ułatwi edukatorowi współpracę z osadzonymi. Potrzeba:

- Cyfrowo wyposażonej akademii/sali szkoleniowej dla pracowników SW.
- Specjalnego szkolenia dotyczącego komunikacji cyfrowej.
- Specjalnego szkolenia nt. innowacji cyfrowych w edukacji więziennej.
- Utworzenia grupy ekspertów z zakresu technologii informacyjnych i komunikacyjnych, którzy będą mogli przekazać wiedzę i umiejętności innym pracownikom i zapewnić im wsparcie.

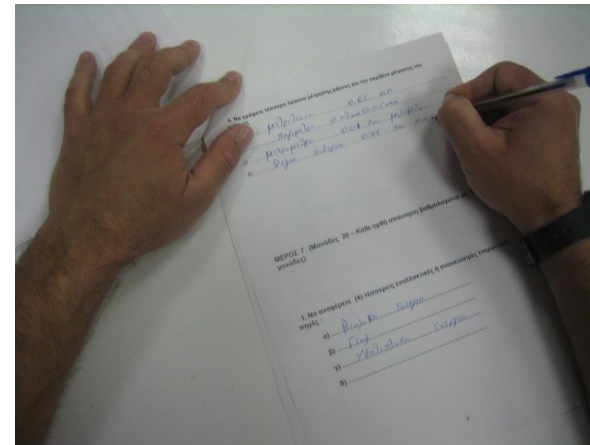
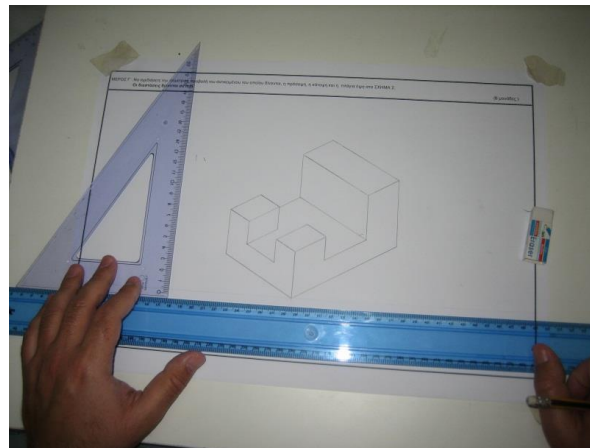


# Ewaluacja

- ✓ Postępy wszystkich więźniów są oceniane za pomocą egzaminów semestralnych i końcowych.



- ✓ Ponadto więźniowie często oceniają swoich nauczycieli i kursy za pomocą specjalnych kwestionariuszy.

A photograph of a questionnaire form titled 'ΑΤΟΜΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ ΜΑΘΗΣΗΣ'. The form has a table with columns for 'ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΙ ΜΟΥ ΣΤΟΧΟΙ ΓΙΑ ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ' and 'ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ'. The table has four rows and four columns. Below the table, there are sections for 'Τι πρόσωπο να προσφέρω:' and 'Τι εκπαιδευτές θα ήθελα από το μάθημα:'.

# Ewaluacja

Wszyscy trenerzy i programy edukacyjne są też często oceniane przez ewaluatorów Ministerstwa Edukacji i Kultury, którzy odwiedzają szkoły więzienne.



# Zajęcia rekreacyjne

W więzieniu w Nikozji działają również m.in.:

- Drużyna piłki nożnej
- Drużyna koszykówki
- Zespół taneczny
- Zespół muzyczny
- Zespół teatralny





The  
**Golden**  
*thread* 

## 5. RODZICE W WIĘZIENIU: UTRZYMYWANIE RELACJI RODZIC – DZIECKO

Autorka:

Angeliki Leondari

*Professor Emeritus of School & Counselling Psychology  
University of Thessaly*





# Kara pozbawienia wolności dla rodziców i ich dzieci

Jest wyznacznikiem niekorzystnej sytuacji dla dzieci, niezależnie od ich pochodzenia społecznego, płci, wieku (Turney i Haskins, 2014). Dzieci te stanowią grupę borykającą się ze szczególnymi i często wielorakimi trudnościami. W literaturze kryminologicznej są określane jako:

- „zapomniane dzieci”
- „poboczne ofiary”
- „ukryte ofiary uwięzienia”
- „sieroty sprawiedliwości”

Uwięzienie rodzica stwarza szereg zagrożeń dla emocjonalnego, fizycznego, edukacyjnego i finansowego dobrostanu dziecka. Najczęstszą konsekwencją są zachowania antyspołeczne (Murray i in., 2012).

Badania pokazują, że uwięzienie matki jest znacznie bardziej szkodliwe dla dzieci niż uwięzienie ojca (Murray i Farrington, 2008).

# Wpływ pozbawienia wolności rodzica na dziecko

- Uwięzienie rodzica stwarza szereg zagrożeń dla emocjonalnego, fizycznego, edukacyjnego i finansowego dobrostanu dziecka. Najczęstszą konsekwencją są zachowania antyspołeczne (Murray i in., 2012).
- Płeć dziecka, rasa, relacje z rodzicami i ekspozycja na wydarzenia związane z uwięzieniem wydają się być istotnymi czynnikami moderującymi, podczas gdy środowisko rodzinne i trudności ekonomiczne wydają się być ważnymi pośrednikami w opisywanej sytuacji.
- Chłopcy i dziewczęta doświadczają różnych konsekwencji dla zdrowia psychicznego: Chłopcy we wczesnym i średnim dzieciństwie są bardziej podatni na zachowania eksternalizacyjne, takie jak agresja, podczas gdy dziewczęta częściej przejawiają zachowania internalizacyjne, takie jak depresja i lęk (Wakefield i Wilderman, 2011).
- Wpływ uwięzienia na nastolatków: Uwięzienie rodziców wiąże się ze zwiększonym prawdopodobieństwem wystąpienia nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi, zaburzeń zachowania, zaburzeń opozycyjno-buntowniczych i depresji (Gilford i in., 2019). Ponadto nastolatki te częściej należą do grup wysokiego ryzyka.

# Czynniki ochronne, łagodzące reakcje dzieci na stres zw. z osadzeniem rodzica

Badania pokazują, że niektóre dzieci rozwijają odporność pomimo ryzyka, jeśli mają silny system wsparcia społecznego.

Dzieci, które żyją we wspierającym środowisku, rozwijają strategie radzenia sobie i stają się bardziej odporne na stres.

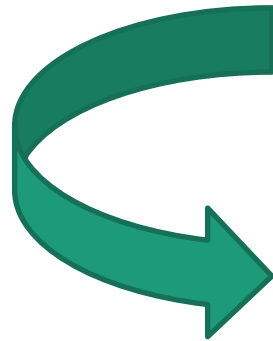
Wizyty w więzieniu pomagają dzieciom w niwelowaniu stresu i traumy związanych z osadzeniem rodzica.

# Trudności, z jakimi borykają się dzieci uwięzionych rodziców

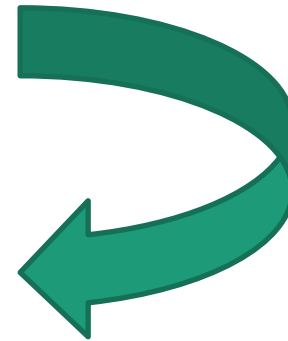
- **Piętno i wstyd:**
  - Uwięzienie rodziców może prowadzić do przypisania dzieciom niepożądanych cech.
  - Główną emocją związaną ze stygmatyzacją jest wstyd.
  - Bycie napiętnowanym może mieć negatywny wpływ na zdrowie psychiczne.
- **Kwestie separacji / przywiązania:**
  - Wcześniejsze bezpieczne przywiązanie może zostać zakłócone, gdy rodzic, któremu się ufa, zostaje nagle zabrany do więzienia.
  - Wcześniejsze niepewne przywiązanie może prowadzić do trudności, gdy dziecko staje się dorosłe.
  - Szkodliwy wpływ separacji może być częściowo złagodzony przez rolę opiekuńczego rodzica.
- **Dezorientacja związana z separacją:**
  - Niektóre dzieci doświadczają długotrwałej dezorientacji co do tego, czy uwięziony rodzic jest w rodzinie, czy poza nią. Oznacza to, że dzieci więźniów nie mogą opłakiwać nieobecnego rodzica.
  - Niejednoznaczna strata jest najbardziej stresującym rodzajem straty, ze względu na brak normalnego żalu, który prowadzi do akceptacji i zamknięcia.
- **Kwestie związane z zachowaniem:**
  - Niektóre dzieci stają się wycofane i przygnębione, inne uzewnętrzniają swoje zachowanie.
  - U młodszych dzieci napady złości występują częściej.
  - Starsze dzieci mogą mieć problemy w nauce i zachowywać się aspołecznie.

# Rodzicielstwo a więzienie

Wspieranie uwięzionych rodziców obejmuje dwuetapowy proces.



Eliminacja czynników  
podważających  
wykonywanie władzy  
rodzicielskiej



Pomoc rodzicowi w  
ponownym  
nawiązaniu kontaktu  
z dzieckiem

# Rola rodzica / rodziców



Pielęgnacja i  
wsparcie dziecka



Opieka i ochrona  
dziecka



Stymulowanie i  
wychowywanie  
dziecka

# Dlaczego utrzymywanie relacji jest ważne?

W celu:

- zapewnienia dziecku większego poczucia bezpieczeństwa;
- zapewnienia lepszego zachowania osadzonego w czasie odbywania kary;
- zmniejszenia prawdopodobieństwa recydywy.

## BARIERY KONTAKTU OSADZONYCH RODZICÓW Z DZIEĆMI

- Brak wizyt.
- Brak kontaktu w środowisku przyjaznym dziecku i brak odpowiedniego środowiska fizycznego do wizyt rodzinnych.
- Konflikt rodzinny.
- Wpływ pozbawienia wolności na samoocenę i wizerunek społeczny więźniów.
- Niewystarczające dochody.

## *Brak odwiedzin*

Brak ciągłości w relacji uwięzionego rodzica z dzieckiem (niska częstotliwość i krótki czas trwania wizyt, niewielki lub żaden kontakt między wizytami) zwiększa dystans emocjonalny między rodzicem a dzieckiem.

Negatywne skutki braku kontaktu są różne i zależą od kilku czynników.

- Długość braku kontaktu.
- Charakter relacji rodzic-dziecko przed uwięzieniem.
- Pragnienie uwięzionego rodzica, aby dziecko tworzyło więź z drugim rodzicem, z własnymi rodzicami, z szerszą społecznością.

## *Brak kontaktu w środowisku przyjaznym dziecku*

- Ośrodki penitencjarne na ogół nie są odpowiednie dla dzieci. W zależności od wieku dziecka, odwiedziny rodzica w więzieniu mogą być traumatyczne.
- Stworzenie przestrzeni, która pozwala rodzinom na interakcję, jest ważne dla wzmocnienia pozytywnego doświadczenia odwiedzin.



## *Konflikt w rodzinie*

- Niezależnie od tego, czy konflikt istniał przed uwięzieniem, czy został wywołany przez uwięzienie, wydaje się on być poważną przeszkodą w wypełnianiu roli rodzicielskiej.

## *Samoocena i wizerunek społeczny*

- Często opinia publiczna utożsamia uwięzionego rodzica z kimś, kto nie jest godny bycia rodzicem. W rezultacie rodzic czuje się zdyskredytowany.

## *Niewystarczające dochody*

- Niezdolność uwięzionego rodzica do finansowego wspierania wychowania dziecka jest czasami postrzegana jako utrata silnej roli rodzicielskiej.
- Ze względów kulturowych niezdolność do finansowego wspierania rodziny ma większy wpływ na uwięzionych ojców niż matki.

# Usuwanie przeszkód w pełnieniu roli rodzicielskiej

Zapewnienie rodzicowi możliwości pozostania rodzicem pomimo uwięzienia ma podwójny cel zapobiegawczy:



Pomaga zapobiegać trudnościom emocjonalnym i relacyjnym u dziecka oraz ich wpływowi na jego rozwój.



Pomaga zachować u rodzica pozytywny obraz siebie, jeśli chodzi o jego/jej zdolność do wypełniania roli rodzicielskiej.

## Jednakże...

- *Jak osadzeni mogą pozostać rodzicami w więzieniu?*
- *Jak spędzać czas i jak ustrukturyzować relację, aby wspierać komunikację z dzieckiem w najbardziej konstruktywny sposób?*
- *Jak i kiedy osadzony rodzic może sprawować władzę rodzicielską?*
- *Jakie decyzje może on lub ona nadal podejmować?*

# Osadzeni – inicjatywy wspierające rodziców

Celem inicjatyw wspierających rodzicielstwo jest pomoc rodzicom w ponownym wypracowaniu poczucia rodzicielstwa, wspieranie relacji rodzic-dziecko i umożliwienie rodzicom lepszemu pomagania swoim dzieciom.

Programy rodzinne w zakładach karnych są głównym sposobem, w jaki korzyści płynące z relacji rodzic-dziecko mogą być wykorzystywane.

# Przykładowe (sprawdzone) programy edukacyjne dla osadzonych rodziców

- Program **Family Reading Ties: Face to Face**, realizowany w zakładach karnych na Florydzie: wykorzystywał technologię wideokonferencji, aby połączyć matki z ich dziećmi na cotygodniowe wizyty. Osadzone matki czytały dzieciom książki odpowiednie do ich wieku przez kamerę internetową, a następnie dyskutowały na ich temat.
- Program **Reading Legacies**, który w Polsce był realizowany przez Fundację "Sławek" pn. "Poczytaj mi...": polega na nagrywaniu osadzonego rodzica czytającego książkę w przyjaznym dla dzieci otoczeniu. Następnie nagranie jest wysyłane do domu wraz z książką, którą rodzic przeczytał na nagraniu, aby dziecko mogło czytać razem z nim.
- Analogiczny program **Book and Tape** jest realizowany w więzieniach w Irlandii Północnej. Jego celem jest promowanie umiejętności czytania i pisania wśród ojców odbywających karę dożywotniego pozbawienia wolności i ich dzieci. Ojciec wybiera książkę i czyta ją na głos, aby nagrać ją na taśmę. Następnie książka i taśma są wysyłane do dziecka, które jest zachęcane do czytania książki, słuchając nagrania głosu ojca.
- W Anglii krótkie kursy, takie jak **Time to Connect**, mają na celu poprawę relacji, wykorzystując zabawę jako sposób na budowanie więzi między rodzicami i dziećmi. Półdniowe warsztaty obejmują następujące tematy: Wpływ uwięzienia rodzica na dzieci, Znaczenie utrzymywania kontaktu, Rola rodzicielska i bycie dobrym rodzicem z więzienia, Rola zabawy z dzieckiem, Różne etapy rozwoju dziecka.
- **Theme-based initiatives** (działające m.in. w Belgii, Francji, Wielkiej Brytanii). Uwięzieni rodzice przygotowują książki z tematycznymi opowiadaniem dla swoich dzieci. Opowieści są następnie drukowane i oprawiane. Ponadto rodzice czytają i nagrywają opowieści dla swoich dzieci.
- **Program Relais Enfants Parents (REP Model)** (działający w Belgii, Francji, Luksemburgu, Szwajcarii) - polega na pośredniczeniu wolontariuszy w organizacji spotkań dzieci z osadzonymi rodzicami, gdy opiekunowie prawni nie mogą lub nie chcą towarzyszyć dziecku w wizytach.



# Wskazówki dla osób odwiedzanych rodziców

- Rodzic nie powinien bać się zadawać pytań o codzienną rutynę dziecka.
- Niekiedy najlepszym wsparciem, jakie może zapewnić rodzic jest wysłuchanie tego, co dziecko ma do powiedzenia.
- Rodzic powinien pamiętać, że dziecko ma prawo do prywatności.
- Dobrą, wspierającą budowanie wspólnej relacji jest dla rodziców i dzieci angażowanie się we „wspólne aktywności”, jak czytanie tej samej książki czy rozwijanie wspólnych zainteresowań.
- Rodzic powinien interesować się pozornie błaahymi codziennymi wydarzeniami z życia dziecka.
- Wspólna zabawa rodzica z dzieckiem podczas wizyt (jeśli okoliczności na to pozwalają) sprzyja budowaniu więzi.
- Rodzic powinien starać się angażować w wychowanie dziecka, pytając o jego odczucia dotyczące zasad panujących w jego życiu rodzinnym, szkolnym, koleżeńskim.
- Rodzic nie powinien składać nierealnych obietnic na przyszłość.

# Wskazówki dla rodziców dot. pisania listów

- Rodzic może wspierać dziecko poprzez pisanie, pisząc często i regularnie.
- Pisanie listów jest ważne, nawet jeśli dziecko nie odpisuje - aby dać mu znać, że rodzic o nim/niej myśli.
- Zwłaszcza dla młodszych dzieci dobrym pomysłem jest dołączanie obrazków i rysowanie.
- Dobrą praktyką jest również tworzenie gier do zabawy dla dziecka lub niedokończonych rysunków do ukończenia i odesłania.
- Warto okazywać zainteresowanie poprzez pytania o codzienną rutynę dziecka i różne aspekty jego/jej życia.
- Analogicznie do sugerowanych aktywności w czasie wizyt, dobrym pomysłem jest budowanie więzi poprzez wspólną aktywność, np. zaproponowanie by oboje przeczytali tę samą książkę, a później o niej porozmawiali lub zajęli się wspólnym projektem.
- Rodzic powinien powstrzymać się od krytykowania listów i dzieł dziecka.

# Wskazówki dot. promowania pozytywnego stylu rodzicielstwa

Jak wygląda pozytywne rodzicielstwo:

- Spędzanie razem czasu (w tym w cztery oczy) i cieszenie się wspólnymi chwilami.
- Chwalenie konkretnych zachowań za pomocą słów zamiast stosowania nagród albo przekupywania.
- Uświadomienie sobie, że rodzicielstwo może być stresujące i skupienie się na tym, co można kontrolować.
- Zapewnianie spójnych, dostosowanych do wieku konsekwencji i wytycznych.
- Wykorzystywanie pozytywnej interakcji do korygowania problematycznych zachowań, zamiast krzyczenia lub dokuczania.
- Dążenie do równowagi między zaspokajaniem potrzeb rodziców i potrzeb dziecka.



## Pozytywny styl rodzicielstwa

Stanowczy, ale kochający

Wyznaczanie jasnych granic

Postępuje zgodnie z odpowiednimi konsekwencjami

Rozsądne oczekiwania

Pozwala na naukę na błędach

Zdrowe modelowanie oczekiwanych zachowań

Pewny siebie, elastyczny, pełen szacunku

Praca zespołowa, dziel się władzą

## Korzyści pozytywnego rodzicielstwa dla dzieci:

- Pewność siebie i poczucie własnej wartości
- Lepsze wyniki w szkole
- Doskonałe umiejętności radzenia sobie
- Zaawansowany rozwój emocjonalny
- Zaufanie, odpowiedzialność
- Dobra komunikacja w rodzinie

# Pozytywny język - pozytywna komunikacja

Negatywny język	Pozytywny język
<i>Uspokój się</i>	<i>Jak mogę Ci pomóc?</i>
<i>Przestań płakać</i>	<i>Widzę, że jest Ci ciężko</i>
<i>Bądź cicho</i>	<i>Mógłbyś mówić spokojniej?</i>
<i>Nie bij</i>	<i>Proszę, bądź delikatny</i>
<i>Przestań krzyczeć</i>	<i>Weź głęboki oddech i powiedz mi, co się dzieje</i>
<i>Nie bądź smutny</i>	<i>To normalne, że jest Ci smutno</i>
<i>Wystarczy!</i>	<i>Chcesz, żeby Cię przytulić?</i>
<i>Mam tego dość</i>	<i>Jestem, jeśli mnie potrzebujesz</i>
<i>Nie przerywaj mi</i>	<i>Poczekaj proszę, aż skończę mówić</i>
<i>Nie trzaskaj drzwiami!</i>	<i>Proszę, zamykaj drzwi delikatnie</i>

# Zwroty, które pomogą uspokoić zdenerwowane dziecko

- ✓ *Słucham Cię.*
- ✓ *Słyszę cię.*
- ✓ *Rozwiźmy to razem.*
- ✓ *Jeśli chcesz być sam(a), to w porządku, będę tutaj, kiedy będziesz gotowy(a) porozmawiać.*
- ✓ *To była trudna sytuacja. Czy wszystko w porządku?*
- ✓ *To nie wydaje się sprawiedliwe.*
- ✓ *Czy możesz mi o tym opowiedzieć?*
- ✓ *Jestem tu dla Ciebie.*
- ✓ *Kocham Cię, jesteś bezpieczny(a).*
- ✓ *Czy możesz mi pomóc zrozumieć, dlaczego płaczesz?*

# Na zakończenie

- Różne inicjatywy wspierające rodziców-osadzonych w wypełnianiu ich roli rodzicielskiej są ważne, ale same w sobie nie wystarczą, aby zagwarantować dobrą jakość relacji.
- Kontakt z dzieckiem powinien być regularny i opierać się na pozytywnym stylu rodzicielstwa.
- Różne inicjatywy muszą być powiązane z:
  - Przyjaznymi dzieciom miejscami odwiedzin w więzieniach w celu promowania wysokiej jakości spotkań między dziećmi a ich rodzicami.
  - Towarzystwem dzieciom w sytuacjach, w których rodzina opiekuna nie popiera lub nie może zorganizować odwiedzin rodzica osadzonego w więzieniu przez dziecko.
  - Wspieraniem umiejętności rozwijających styl pozytywnego rodzicielstwa.
  - Dostępem do płatnych miejsc pracy dla osadzonych rodziców, aby umożliwić im wspieranie finansowe swoich rodzin.

# The Golden Thread

## 6. ROLA WIĘZI RODZINNYCH W REINTEGRACJI WIĘŹNIÓW

Autorka: Dr Vasiliki Christodoulou  
*University of Central Lancashire, Cyprus*



# Czym jest rodzina

Rodzina” jest interpretowana szeroko.

- Termin „partner” powinien obejmować męża lub żonę, a także partnera tej samej płci.
- Termin ten obejmuje również dzieci.
- Rodzina to także inne znaczące osoby w życiu osadzonego, takie jak dziadkowie czy wieloletni i bliski przyjaciel rodziny.
- Należy mieć na względzie bliskość relacji, choć niekoniecznie musi ona wynikać z "więzów krwi", ponieważ niektóre kultury są bardziej wspólnotowe niż inne.

# Czym jest zdrowa więź rodzinna

Różnice między typami przywiązania rodzinnego.

- Zgodnie z teorią przywiązania, długoterminowe skutki wczesnych doświadczeń z opiekunami wynikają z utrzymywania się „wewnętrznych modeli roboczych” - schematów poznawczych / afektywnych lub reprezentacji jaźni w odniesieniu do bliskich relacji.
- Reprezentacje te wpływają na oczekiwania danej osoby, emocje, mechanizmy obronne i zachowania relacyjne we wszystkich bliskich związkach.
- Skutki relacji przywiązania z dzieciństwa rozciągają się na dorosłość, gdzie można je zaobserwować w obszarach rodzicielstwa i bliskich relacji rówieśniczych, w tym relacji romantycznych.



# Rodziny i pozbawienie wolności

Uwięzienie rodzica jest krytycznym wydarzeniem życiowym, które może być traumatyczne.

Ma to również ogromny wpływ (i niesie za sobą ryzyko) na rodzinę osoby uwięzionej (finanse, status, bezpieczeństwo).

Rodziny i sprawcy muszą pogodzić się z uwięzieniem członka rodziny, ale także przygotować się na jego zwolnienie (akceptacja? bezpieczeństwo?).

Około połowa więźniów to ojcowie dzieci w wieku poniżej 18 lat, jednak dzieci i rodziny więźniów wydają się być „niewidzialną grupą” w naszym społeczeństwie (Wielka Brytania, Ministerstwo Sprawiedliwości/Departament Szkół, Dzieci i Rodzin, 2007).

# Dlaczego rodziny są tak ważne?

**Teoria kontroli społecznej** - im silniejsze więzi z normatywnym społeczeństwem (np. rodziną), tym mniejsze prawdopodobieństwo zaangażowania się w zachowania dewiacyjne.

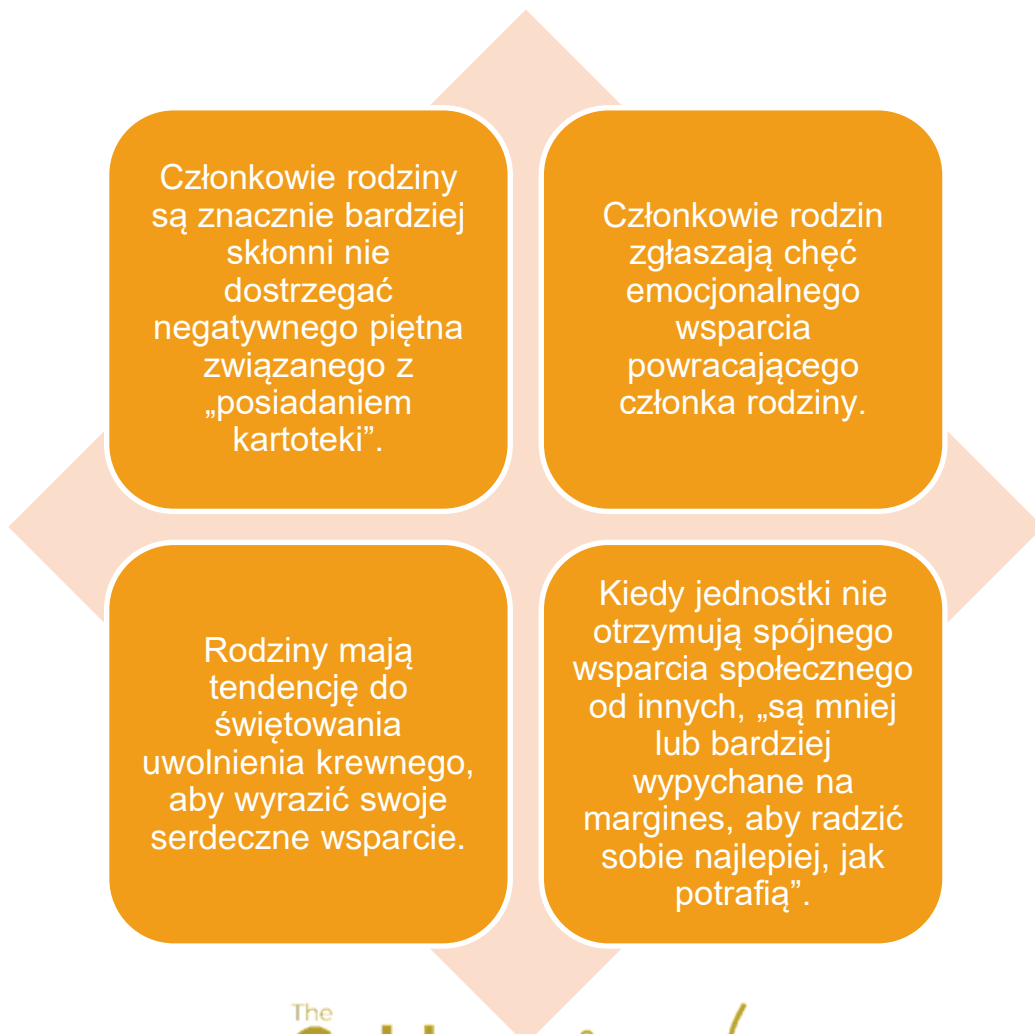
**Psychologia sądowa**, badania kryminologiczne w dużej mierze wspierają teorię kontroli społecznej.

**Teoria zróżnicowanego przymusu i wsparcia społecznego** - opiera się na założeniu, że przymus jest głównym źródłem zachowań przestępczych, podczas gdy wsparcie społeczne (np. rodzina) jest głównym czynnikiem chroniącym przed przestępczością.

*Co jednak dzieje się z rodzinami kryminogennymi, rodzinami konfliktowymi lub rodzinami, w których występują problemy z nawiązywaniem więzi?*



# Dlaczego rodziny są tak ważne?



Programy reintegracji, które angażują rodziny, są na ogół bardziej skuteczne.

Osoby bez więzi rodzinnych mogą wymagać dodatkowego wsparcia w procesie reintegracji (zarówno praktycznego, jak i emocjonalnego).

*Ale?*

*Czy rodziny zawsze są nastawione na zapewnienie opieki?*

Badania wykazały, że wysoki poziom wsparcia rodzinnego nie zawsze zmniejsza recydywę podczas powrotu.

Niektóre prace sugerują, że wsparcie rodziny może wręcz mieć pośredni (rzadziej bezpośredni) wpływ na recydywę .

Jedno z badań wykazało również, że wspierające relacje mogą być naznaczone konfliktem. Oznacza to, że konfliktowe relacje rodzinne mogą osłabiać prospołeczny potencjał więzi zapewnianych przez wsparcie tej samej rodziny.

# Jakiego rodzaju wsparcie?

## PRAKTYCZNE WSPARCIE

Rodziny zapewniają wsparcie mieszkaniowe i dochodowe powracającym członkom rodziny.

Badania pokazują że większość powracających osób ma kontakt z rodziną już pierwszego dnia po zwolnieniu, a wielu z nich mieszka z członkami rodziny bezpośrednio po zwolnieniu.

## WSPARCIE EMOCJONALNE

Najczęściej wymienianym czynnikiem chroniącym przed powrotem do więzienia jest wsparcie rodziny.

Wsparcie emocjonalne rodziny chroni też od angażowania się w ryzykowne sytuacje i jest najsilniejszym predykatorem indywidualnego sukcesu.



# Jakiego rodzaju wsparcie?

- Z perspektywy teorii kontroli społecznej silne więzi rodzinne powinny zapobiegać przestępstwom, ponieważ jest to forma więzi uczuciowej (jest zarówno emocjonalne, jak i interakcyjne).
- Jednak same więzi typu uczuciowego zwykle nie mają decydującego wpływu na brak ponownego uwięzienia czy brak używania substancji psychoaktywnych po wyjściu na wolność. Zwłaszcza, że wspierające relacje rodzinne charakteryzują się nieraz także stresem i emocjonalnymi zawirowaniami.
- W konsekwencji, podczas gdy jednostki zgłaszają wysoki poziom wsparcia emocjonalnego i interakcyjnego, stres towarzyszący powracającej osobie może zmniejszyć skuteczność tych więzi w promowaniu rezygnacji z przestępczości.
- Dlatego połączenie wsparcia emocjonalnego z instrumentalnymi formami wsparcia rodzinnego szczególnie promuje pomyślne wyniki powrotu do życia na wolności (brak powrotu do przestępczości, zachowanie abstynencji / kontrolowane picie itp.).

## Kiedy wsparcie nie jest wskazane?

- Nie zawsze właściwe jest angażowanie lub branie pod uwagę określonych lub wszystkich członków rodziny danej osoby tylko dlatego, że istnieją więzy krwi.
- Na przykład relacje mogą być negatywne, chłodne, konfliktowe, zaniedbujące.
- W takim przypadku, o ile relacje te nie ulegną radykalnej poprawie, zaangażowanie może przynieść efekt przeciwny do zamierzonego, jeśli chodzi o resocjalizację, reintegrację i dobrostan danej osoby.

## Co z tego wynika?

- Komunikacja może nie być skuteczna, jeśli członkowie po obu stronach nie mają dobrze rozwiniętych umiejętności zarządzania emocjami.
- Instrumentalne i praktyczne wsparcie może być bezpieczniejszym wyborem, na którym należy się skupić w programach reintegracji obejmujących rodziny.
- W przypadku rodzin z silnymi przywiązaniami emocjonalnymi, programy mogą odnieść korzyści z zapewnienia umiejętności samodzielnego zarządzania, aby uniknąć negatywnej eskalacji związanej ze stresem.
- Korzystanie z zajęć zarządzania gniewem i rozwijania umiejętności rodzicielskich może mieć pozytywny wpływ na dynamikę rodziny po zwolnieniu z więzienia.
- Zwróć uwagę na osobiste przykłady: *Czy kiedykolwiek odczuwałeś silne negatywne emocje związane z osobą, na której Ci zależy?*
- Ból emocjonalny zwykle pojawia się właśnie, gdy nam na kimś zależy!





# Więzienie zagraża więziom rodzinnym

- Więzienie może zniszczyć relacje.
- Dla niektórych osadzonych relacje były już problematyczne przed trafieniem do więzienia (chłodne, zaniedbujące, kryminogenne, konfliktowe).
- Dla tych, którzy wcześniej mieli silne więzi, fizyczna i emocjonalna separacja narzucona przez karę pozbawienia wolności może być bardziej odczuwalna, ponieważ więźniowie są przyzwyczajeni do większego poziomu kontaktu z rodziną, co prowadzi do wyższego poziomu izolacji społecznej i samotności.
- Niektórzy więźniowie mogą nawet zdecydować się na unikanie kontaktu z rodziną podczas odbywania kary, ponieważ wizyty okazują się zbyt niepokojące, stanowiąc bolesne przypomnienie o konsekwencjach popełnionego przez nich przestępstwa.
- Więźniowie silnie związani z rodziną mogą również zdecydować się na ograniczenie kontaktu z członkami rodziny w celu ochrony ich przed negatywnym środowiskiem więziennym, a ograniczony poziom kontaktu z kolei służy osłabieniu relacji.

# Rozważania dotyczące programów reintegracji obejmujących rodziny

- Badania wskazują, że odwiedzanie rodziców przez ich dzieci wzmacnia relacje rodzinne.
- Częstotliwość wizyt rodzinnych podczas pobytu w zakładzie karnym jest dobrym wskaźnikiem przyszłego sukcesu.
- Jednak wizyty partnerów i dzieci mogą być też związane ze wzrostem konfliktów i emocjonalnych zawirowań.
- Dlatego też oprócz samych wizyt rodzinnych mogą być potrzebne inne metody wspierania więzi rodzinnych, np. mediacje, wsparcie psychologiczne, wsparcie pracownika socjalnego.
- Bariery finansowe często sprawiają, że odwiedziny i aktywna komunikacja są mniej wykonalne dla rodzin o niższych dochodach i mogą sprzyjać konfliktom.
- Niektóre badania sugerują, że starsi więźniowie odnoszą szczególne korzyści z wizyt rodzinnych.

# Wnioski: Rodzina jest wspólnym zasobem, gdy:

Więzi były stosunkowo zdrowe przed trafieniem członka rodziny do więzienia.

Rodzina jest zdrowa i nie jest kryminogenna.

Nie występuje zagrożenia bezpieczeństwa rodziny.

Członkowie rodziny są otwarci na uczenie się, jak radzić sobie z emocjami (zarządzanie gniewem i komunikacja).

Członkowie rodziny są zainteresowani rozwijaniem i stosowaniem "w życiu" umiejętności rodzicielskich.

Można ułatwić nawiązywanie kontaktów i komunikację podczas pobytu w więzieniu, a także zarządzać czynnikami stresogennymi w celu uniknięcia częstych konfliktów.

Więź rodzinna podczas pobytu w zakładzie karnym może mieć inne formy niż wizytacje.

Wsparcie rodziny ma charakter praktyczny i bezpośredni.

**Dziękujemy!**

Agreement number: 2021-1-PL01-KA220-ADU-000033783

*The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.*



Co-funded by  
the European Union

The  
**Golden**  
thread 

Agreement number: 2021-1-PL01-KA220-ADU-000033783