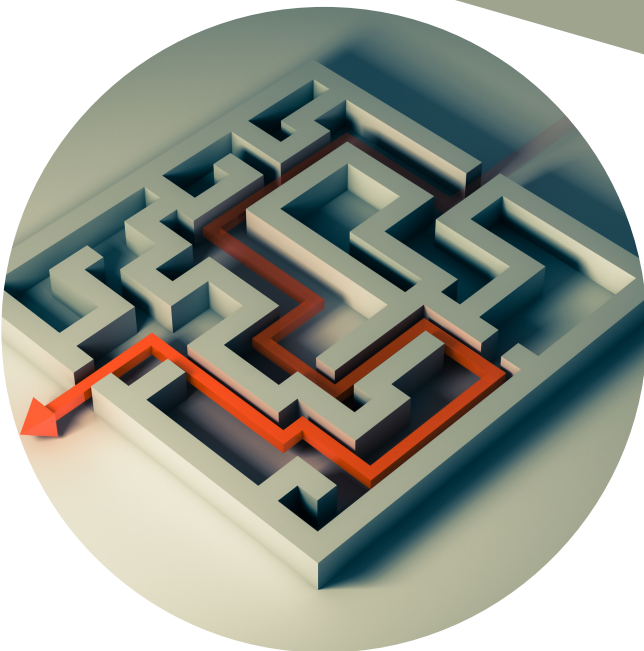




Oferta bezpłatna

## Program korekcyjno-edukacyjny dla OSP w podregionie siedleckim 2024-2025 r.

## RAZEM PRZECIW PRZEMOCY

Program skierowany do mieszkańców powiatów:  
siedleckiego i łosickiego

Zadanie publiczne dofinansowane ze środków Samorządu  
Województwa Mazowieckiego



## Zmiana jest możliwa!

Przemoc nie jest sposobem na rozwiązywanie problemów.

To sygnał, że zabrakło innych narzędzi, by radzić sobie z emocjami, złością czy poczuciem bezsilności. Program korekcyjno-edukacyjny to przestrzeń, w której możesz odzyskać kontrolę nad sobą, odbudować relacje i nauczyć się rozmawiać bez agresji.

Program opiera się na zrozumieniu i odpowiedzialności, nie na ocenie.

Uczestnictwo to krok w stronę odpowiedzialności i dojrzałości emocjonalnej. Pracując nad sobą, zatrzymujesz przemoc i przywracasz bezpieczeństwo swojej rodzinie.

Zrób pierwszy krok.

Skontaktuj się z nami:

📍 Fundacja Pozytyw, ul. B. Joselewicza 13, Łosice

☎ 693 570 205

🌐 [www.fundacjapozytyw.pl](http://www.fundacjapozytyw.pl) | ✉ [fundacjapozytyw@gmail.com](mailto:fundacjapozytyw@gmail.com)

## Na czym polegają programy korekcyjno-edukacyjne dla osób stosujących przemoc

Programy korekcyjno-edukacyjne to specjalistyczne działania psychologiczno-terapeutyczne, których celem jest powstrzymanie przemocy oraz zmiana sposobu myślenia i reagowania osób, które stosują przemoc wobec bliskich.

Nie są one karą, lecz formą pomocy i pracy nad sobą. Uczestnik uczy się rozpoznawać emocje, szczególnie złość i frustrację oraz rozumieć ich źródła.



Celem programu jest rozwinięcie umiejętności samokontroli, empatii i komunikacji bez przemocy. Praca obejmuje zarówno edukację (czyli zdobywanie wiedzy o mechanizmach przemocy i jej skutkach), jak i korekcję zachowań – czyli nabywanie nowych, konstruktywnych sposobów reagowania w sytuacjach napięcia.

Program prowadzony jest w formie indywidualnych konsultacji i zajęć grupowych. W ich trakcie uczestnik:

- uczy się rozpoznawać sygnały złości i zatrzymywać impulsy agresji,
- poznaje alternatywne sposoby rozwiązywania konfliktów,
- rozwija zdolność empatycznego spojrzenia na innych,
- uczy się brać odpowiedzialność za swoje czyny i ich konsekwencje.

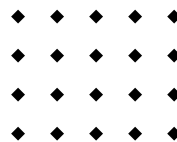
Programy korekcyjno-edukacyjne prowadzą wykwalifikowani specjaliści – psychologowie, terapeuci, pedagodzy i trenerzy, którzy pomagają uczestnikom zrozumieć przyczyny przemocy i wypracować trwałą zmianę zachowań. Ich ostatecznym celem jest zwiększenie bezpieczeństwa osób doświadczających przemocy poprzez zmianę postaw i zachowań osób stosujących przemoc oraz odbudowa relacji rodzinnych opartych na szacunku, współpracy i odpowiedzialności.

## Do kogo jest kierowany

Program jest adresowany do:

- osób, które stosują przemoc wobec bliskich – fizyczną, psychiczną, ekonomiczną lub emocjonalną,
- osób, które zauważyły u siebie problem z agresją i chcą się zmienić,
- osób skierowanych przez sąd, kuratora, policję lub instytucje pomocy społecznej.

Udział w programie jest dobrowolny, poufny i bezpłatny.



## Struktura i metody pracy

Zajęcia mają zwykle formę spotkań indywidualnych i sesji grupowych. W pracy indywidualnej koncentruje się na diagnozie emocjonalnej, analizie zachowań, osobistej motywacji i planie zmiany.

W grupie uczestnicy uczą się poprzez doświadczenie – słuchają innych, konfrontują się z własnymi przekonaniami, uczą się odpowiedzialności i samokontroli w relacjach społecznych.

Specjaliści prowadzący program korzystają z takich metod jak:

- trening zastępowania agresji,
- trening umiejętności komunikacyjnych i asertywności,
- praca z przekonaniami przemocowymi,
- analiza cyklu przemocy,
- ćwiczenia empatyczne i poznawcze.

## Efekt długofalowy

Uczestnik programu, który aktywnie podejmuje pracę nad sobą, uczy się nowych, bezpiecznych wzorców zachowania, które pozwalają mu funkcjonować bez agresji i przemocy. Zmiana ta wpływa nie tylko na jego rodzinę, ale także na społeczny krąg bezpieczeństwa – zmniejsza ryzyko przemocy, poprawia relacje i zwiększa świadomość społeczną.

Programy korekcyjno-edukacyjne są więc formą resocjalizacji emocjonalnej i moralnej – pomagają osobom stosującym przemoc odzyskać poczucie wpływu na własne życie, przywracając zdolność do budowania relacji opartych na zaufaniu i szacunku.

To praca trudna, ale realna. Wymaga gotowości do refleksji, otwartości na zmianę i odwagi, by spojrzeć w siebie — bo tylko ten, kto rozumie źródło swojej złości, potrafi ją ujarzmić, zamiast przerzucać na innych.

**Biuro Fundacji Pozytyw**

**ul. B. Joselewicza 13, 08-200 Łosice, tel. 693 570 205**

**[www.fundacijapozytyw.pl](http://www.fundacijapozytyw.pl), [fundacijapozytyw@gmail.com](mailto:fundacijapozytyw@gmail.com)**