

# ALPAKOTERAPIA ZA MURAMI WIĘZIENIA



Areszt Śledczy w Hajnówce wprowadził innowacyjny program resocjalizacyjny, który wykorzystuje alpakoterapię, aby wspierać proces resocjalizacji osadzonych. Program „Alpaki do paki” realizowany jest we współpracy z gospodarstwem "Alpaki z różanej zagrody".

## **Alpakoterapia**

To nowatorska, ale coraz bardziej popularna forma terapii wspomagająca rehabilitację umysłową oraz ruchową. Ma dobroczynne działanie na strefę emocjonalną, fizyczną, poznawczą i społeczną. Wspiera osoby przeżywające trudne momenty w życiu. Alpaki dbają o rozwój ruchowy, wspomagają budowanie samooceny, pewności siebie, uczą empatii oraz odpowiedzialności.

## **Program „Alpaki do paki”**

Program przeznaczony jest głównie dla skazanych stwarzających średnie i wysokie ryzyko powrotu do przestępczego trybu życia. Objęci nim są osadzeni w różnym wieku, niejednokrotnie z zaburzeniami psychicznymi oraz odbywających długoterminowe kary pozbawienia wolności. Program nastawiony jest na minimalizację istotnych czynników kryminogennych, które doprowadziły do popełnienia przestępstw, a także ma na celu zapobiegnięcie powrotowi na ścieżkę przestępczą. Powyższy program ma charakter spersonalizowany, uwarunkowany przez czynniki: indywidualne, zdrowotne, społeczne oraz te związane z przebywaniem w warunkach izolacji więziennej.

W programie udział biorą osadzeni z podgrupą P-1, którym zajęcia prowadzone są na terenie aresztu oraz osadzeni z podgrupą P-2, którzy mają prowadzone zajęcia w gospodarstwie "Alpaki z różanej zagrody".

## **Jak działa program?**

Właściciele gospodarstwa "Alpaki z różanej zagrody" zlokalizowanego w Filipach regularnie przywożą alpaki na teren aresztu. Osadzeni mają możliwość bezpośredniego kontaktu z alpakami, co pomaga w rozwijaniu empatii, cierpliwości i odpowiedzialności. Bezpośredni, leczniczy kontakt z czworonożnym przyjacielem poprzez np. głaskanie i karmienie czy spacerowanie oddziałują relaksacyjnie na uczestników. Dotyk ma duży wpływ na emocje: uspokaja, zmniejsza poziom lęku czy stresu. Obcowanie z tymi ciepłymi, miękkimi zwierzętami uczy budowania relacji w klimacie spokoju i zaufania. Wpływa pozytywnie na jego sferę emocjonalną, poznawczą a nawet społeczną.

Osadzeni nie tylko spotykają się z alpakami na terenie aresztu, ale także jeżdżą do gospodarstwa w Filipach gdzie

poznają zasady jego prowadzenia, pomagają przy codziennych pracach związanych z hodowlą alpaki i utrzymaniem ich obojętności. Dodatkowo czynne uczestnictwo w gospodarstwie pozwala na nabycie nowego doświadczenia, rozwoju umiejętności, zwiększenia motywacji, odpowiedzialności czy zdyscyplinowania. Jest to również doskonała okazja do rozwijania umiejętności społecznych i zawodowych.

#### **Dobroczynne skutki uczestnictwa w alpakoterapii.**

**Rozwój emocjonalny i społeczny:** Kontakt z alpakami ma na celu poprawę zdrowia psychicznego i emocjonalnego osadzonych, redukując stres i wspomagając rozwój umiejętności społecznych.

**Poprawa samopoczucia psychicznego:** Bliskość z alpakami zwiększa poziom endorfin, co poprawia nastrój i ogólne samopoczucie psychiczne uczestników programu.

**Rehabilitacja i reintegracja:** Angażowanie osadzonych w prace hodowlane ma na celu przygotowanie ich do powrotu do społeczeństwa, ucząc ich odpowiedzialności, pracy zespołowej i dyscypliny.

**Edukacja i nowe umiejętności:** Program daje osadzonym szansę na zdobycie nowych umiejętności, które mogą być przydatne po opuszczeniu aresztu.

**Zwiększenie poczucia własnej wartości:** Uczestnictwo w programie daje osadzonym poczucie celu i osiągnięć. Widząc efekty swojej pracy, czują się bardziej wartościowi i potrzebni.

**Nauka umiejętności praktycznych:** Praca przy hodowli alpaki uczy osadzonych praktycznych umiejętności, które mogą być przydatne po opuszczeniu aresztu. To może zwiększyć ich szanse na znalezienie zatrudnienia i powrót do normalnego życia.

**Budowanie więzi społecznych:** Wspólna praca przy alpakach sprzyja budowaniu relacji między osadzonymi. Współpraca i komunikacja są kluczowe dla efektywnego wykonania zadań, co przekłada się na lepsze relacje interpersonalne.

Program „Alpaki do paki” jest doskonałym przykładem na to, jak innowacyjne podejścia, takie jak alpakoterapia, mogą przyczynić się do efektywnej resocjalizacji osadzonych, oferując im jednocześnie wsparcie emocjonalne i praktyczne umiejętności. Pokazuje, że resocjalizacja może być realizowana w sposób holistyczny i zrównoważony, oferując realne wsparcie dla osób pragnących wrócić do społeczeństwa.

Tekst i zdjęcia: mł. chor. Wioleta Grabiak



image not found or type unknown



image not found or type unknown



image not found or type unknown

