

# ZAJĘCIA KULTURALNO-OŚWIATOWE DLA SKAZANYCH!



Zajęcia kulturalno-oświatowe są obok nauczania, pracy, podtrzymywania kontaktu z rodziną oraz oddziaływań terapeutycznych jedną z metod resocjalizacyjnych.

Ważnym czynnikiem w procesie wtórnej socjalizacji jest umiejętność ponownego zaadaptowania się w społeczeństwie. Oddziaływania korekcyjne prowadzone podczas pobytu w warunkach izolacji penitencjarnej przybierają różne formy, jednak cel jest zawsze ten sam – nauczyć osadzonego prawidłowo żyć w warunkach wolnościowych, wykształcić u niego poczucie postępowania zgodnego z prawem, a tym samym wypracować takie działanie, by nie powrócił na drogę przestępstwa.

W Areszcie Śledczym w Warszawie-Białostoku stwarzają się skazanym warunki odpowiedniego spędzania czasu wolnego. W tym celu organizuje się zajęcia kulturalno-oświatowe, wychowania fizycznego i sportowe oraz pobudza aktywność społeczną skazanych. W białostockiej jednostce penitencjarnej organizowane są zajęcia modelarskie, zajęcia z malowania modeli figurek oraz makiet poświęcone z grubsza bitewom, zajęcia z malowania po numerach, zajęcia z jogi i inne tematyczne spotkania z zaproszonymi gośćmi.

Spśród wielu inicjatyw podejmowanych przez tę jednostkę jest mindfulness, czyli trening uważności. To ćwiczenia umysłu, przeznaczone głównie dla osób, które nie radzą sobie ze stresem i negatywnymi emocjami. Badania pokazują, że osoby wykazujące większą skłonność do uważności są bardziej świadome zarówno swoich doświadczeń wewnętrznych, jak i zachowania. Co więcej, przejawiają większą świadomość emocji oraz dążenie do zaspokajania psychologicznych potrzeb.

Osadzeni z Aresztu Śledczego w Warszawie – Białostoku biorą udział w omiotogodniowych warsztatach treningu uważności prowadzonych przez Pana Bartłomieja, praktykiem Brainspotting – metody leczenia traumy i jej symptomów. Szereg badań ukazuje pozytywny wpływ praktykowania treningu uważności na funkcjonowanie osadzonych. Osadzeni deklaruowali, że odczuwają zwiększenie energii, jakości snu, poprawę trawienia, a także twierdzili, że są bardziej szczęśliwi. Co więcej, wyniki badań ukazują znaczący spadek w zakresie odczuwania takich emocji jak złość, lęk, depresyjność, zawiść. Wyniki tego badania pokazują, że takie zajęcia mają nie tylko zdrowotny wpływ na gruncie fizyczności, ale również przyczyniają się do redukcji negatywnych emocji oraz wpływają na kształtowanie pożądanego postawy wśród osób odbywających karę pozbawienia wolności. Zajęcia cieszą się dużym zainteresowaniem wśród osadzonych, lecz na rezultaty należy poczekać do końca warsztatów.

Ciekawą formą spędzania czasu są zajęcia, które podwyższają poziom wiedzy i kultury skazanych. Dnia 3 lutego 2025 roku w białostockim areszcie odbyło się spotkanie zorganizowane w ramach zajęć kulturalno – oświatowych, na które zaproszeni zostali przedstawiciele Muzeum Historii Żydów Polskich – POLIN. Zajęcia dla osadzonych w angażujący sposób przedstawiły wagę i wartość polskiej kultury i historii – tej związanej ze społecznością żydowską. Muzeum Historii Żydów Polskich POLIN jest nowoczesną instytucją kultury – muzeum historycznym, w którym pokazywane jest 1000 lat dziejów polskich Żydów. Wartościami, jakimi kierują się prowadzący zajęcia są otwartość, tolerancja i prawda.

Zajęcia kulturalno-oświatowe cieszą się dużym zainteresowaniem, a przedstawione fakty i zdarzenia stale wywierają na osadzonych ogromne wrażenie.

image not found or type unknown

