

---

# TWOJE NOWE ŻYCIE ZACZYNA SIĘ OD DECYZJI O ZMIANIE

**"Prawdziwa siła to umiejętność panowania nad własnymi emocjami, a nie nad innymi ludźmi."**

Zrobiłeś już pierwszy krok?

Jeśli ukończyłeś/łaś program korekcyjno-edukacyjny, to znak, że rozumiesz mechanizmy przemocy.

Teraz czas na etap pogłębiony – terapię, która pozwoli Ci trwale zmienić Twoje postawy i uzdrowić relacje z najbliższymi.

**Program psychologiczno-terapeutyczny** to pogłębiona forma pracy nad sobą, celem nie jest już tylko edukacja, ale realna terapeutyczna zmiana postaw, obejmuje łącznie 40 godzin zajęć.

---

**Zasady Naboru:** do programu zapraszamy osoby, które są mieszkańcami powiatu nizańskiego:

- Chcą dobrowolnie pracować nad zmianą swojego zachowania.
- Zostali skierowani przez Sąd, Kuratora lub Zespół Interdyscyplinarny.
- **Wymóg:** Ukończyli program korekcyjno-edukacyjny.
- **Ważne:** Osoby uzależnione mogą przystąpić do programu po zakończeniu terapii uzależnień.

**Warunki uczestnictwa:**

- Zachowanie trzeźwości (osoby uzależnione muszą najpierw ukończyć terapię uzależnień).
- Podpisanie kontraktu terapeutycznego.
- Zobowiązanie do zaprzestania przemocy.

**Jak pracujemy?**

Zajęcia prowadzone są w formie terapii indywidualnej lub/i grupowej (grupa zamknięta, oznacza to, że nikt nowy nie dojdzie do końca trwania cyklu zajęć), co pozwala na praktyczne ćwiczenie nowych umiejętności:

- **Ćwiczenia interaktywne i symulacje:** Przećwiczysz trudne sytuacje w bezpiecznych warunkach.
- **Dyskusje moderowane:** Nauczysz się wyrażać własne zdanie i przyjmować feedback.
- **Praca z nawrotami:** Przygotujemy plan działania na momenty kryzysowe.

**Twój Kontrakt - Twoja Odpowiedzialność.**

Każdy uczestnik podpisuje kontrakt, który jest fundamentem zmiany. Zobowiązujesz się w nim do:

- Całkowitego powstrzymania się od przemocy i używek.
- Obecności (wymagane min. 95% frekwencji – dopuszczalne tylko 2 nieobecności).
- Aktywnego udziału i przestrzegania zasad współżycia społecznego.
- Zgody na monitorowanie skuteczności programu.

Rozpoczynamy zapisy na edycję programu w 2026 roku.

Skontaktuj się z nami, tel. 15 843 63 68 wew. 335

wtorek, czwartek: 7.30-15.30, środa 7.30-11.30