

„Już wiem, co zrobić!” – program profilaktyki krzywdzenia dla dzieci w wieku 6–9 lat i ich rodziców

Celem artykułu jest zapoznanie profesjonalistów z głównymi założeniami programu profilaktyki krzywdzenia dzieci oraz zaproszenie pedagogów do realizacji takiego programu w ich placówkach.

Z perspektywy osób zajmujących się udzielaniem pomocy dzieciom i leczeniem skutków przemocy oczywiste jest, iż musimy zrobić wszystko, by nie dochodziło do traumatycznych doświadczeń. Obowiązkiem dorosłych — rodziców, pedagogów i polityków społecznych — jest zapewnienie dziecku ochrony przed przemocą. Opieka nad dzieckiem, system ochrony i kontroli to ważne elementy chronienia dziecka przed krzywdzeniem. Konieczne jest jednak również edukowanie dzieci na temat sposobów unikania zagrożeń i reagowania na zagrażające sytuacje. Autorskie zajęcia dla dzieci i rodziców „Już wiem, co zrobić!” służą kształtowaniu u dzieci umiejętności rozpoznawania trudnych, zagrażających sytuacji i właściwego na nie reagowania.



Główne założenia programu

Zadania programu koncentrują się na redukowaniu czynników ryzyka wystąpienia krzywdzenia oraz wzmocnienia możliwości chronienia się przez samo dziecko poprzez unikanie zagrożeń i odpowiednią reakcję na zaobserwowane niebezpieczeństwo.

Bardzo ważną rolę w kształtowaniu świadomości zagrożeń oraz umiejętności szukania pomocy przez dziecko pełnią jego rodzice. Dlatego też program adresowany jest do dwóch grup odbiorców: dzieci i ich rodziców.

Wzmocnienie czynników chroniących dziecko realizowane jest w czasie zajęć z dziećmi poprzez koncentrowanie się na tematyce:

- rozpoznawania i nazywania emocji,
- rozwijania świadomości własnych granic i dbałości o ich egzekwowanie,
- rozpoznawania sytuacji niebezpiecznych oraz wskazaniu miejsc i osób, od których dziecko może otrzymać pomoc.

Cele programu

Głównym celem opisywanego programu jest ochrona dziecka przed zagrożeniami. By wyposażyć dzieci w wiedzę na temat zagrożeń oraz umiejętność chronienia siebie, w czasie zajęć wzmocniamy w dziecku przekonanie, że ma prawo czuć się bezpiecznie i powinno poinformować osobę zaufaną o zagrażającej sytuacji, by otrzymać pomoc. Podczas zajęć dzieci uczą się identyfikować niebezpieczne dla siebie sytuacje. Dowiadują się, że o trudnych i budzących wątpliwości sytuacjach należy mówić osobom dorosłym. To oni, a nie samo dziecko, są odpowiedzialni za właściwą reakcję i pomoc dziecku.

Założeniem programu dla rodziców jest podniesienie świadomości i zwiększenie umiejętności wczesnego rozpoznawania zagrożenia bezpieczeństwa dzieci, a także zrozumienie, w jaki sposób dziecko może przy-

czynić się do chronienia samego siebie. Celem zajęć jest również zapoznanie rodziców z różnymi metodami rozwijania umiejętności właściwej komunikacji i rozmowy z dzieckiem.

- zapoznanie ich z symptomatologią związaną z doznawanymi przez dziecko trudnymi doświadczeniami,
- przekazanie wiedzy na temat metod ułatwiających rozmawianie z dziećmi o zagrożeniach.

Rodzice często zapominają jak istotne jest ciągle zwracanie uwagi na to, w jaki sposób zachowuje się, co i kiedy mówi do nich dziecko, w jaki sposób daje sygnały, że coś trudnego je spotkało. Bardzo łatwo, czasem nieświadomie, uniemożliwić dziecku przekazanie ważnych informacji.

Z perspektywy naszych doświadczeń najlepiej adresować zaproszenie do udziału w zajęciach do rodziców małych dzieci. Zapewnia to ochronę dzieci już na pierwszym etapie samodzielnych aktywności dziecka. Rodzice dzieci w wieku 6–9 lat są też znacznie bardziej (niż rodzice starszych dzieci) zmotywowani do udziału w zajęciach.

Z perspektywy naszych doświadczeń najlepiej adresować zaproszenie do udziału w zajęciach do rodziców małych dzieci. Zapewnia to ochronę dzieci już na pierwszym etapie samodzielnych aktywności dziecka. Rodzice dzieci w wieku 6–9 lat są też znacznie bardziej (niż rodzice starszych dzieci) zmotywowani do udziału w zajęciach.

Formy pracy wykorzystane przy realizacji programu

Staraliśmy się, by scenariusz zarówno pod względem formy, jak również treści był atrakcyjny dla dzieci i rodziców. W przypadku dzieci wykorzystaliśmy dwie postaci Afika i Afiki, chłopca i dziewczynki, w podobnym do uczestników zajęć wieku, które są obecne w poszczególnych zajęciach. Obecność znajomych postaci pozwala dzieciom utrzymać uwagę i skoncentrować się na proponowanych zadaniach. Nie bez znaczenia jest rów-

nież zapoznanie Afiki i Afika z rodzicami dzieci biorącymi udział w programie. Zabieg ten umożliwił znalezienie wspólnej płaszczyzny rozmowy rodziców i dzieci o treściach poznanych w czasie realizacji programu.

Proponowane przez nas zajęcia koncentrują się wokół atrakcyjnych form zabawy połączonej z nauką.

Wprowadzamy scenki, zabawy ruchowe, plastyczne oraz pracę z lusterkami, kiedy dzie-

cko samo może zaobserwować swoje emocje, na których na co dzień się nie koncentruje.

W czasie zajęć z rodzicami wykorzystujemy metody aktywizujące grupę, tj. burzę mózgów, dyskusję, pracę w małych grupach. Niezwy-

kle ważny w przebiegu spotkań jest czynny udział rodziców, zachęcanie ich do wymiany doświadczeń, zabranianie głosu, zadania nurtujących pytań. Realizację takich celów uniemożliwiłaby jedynie wykładowa forma zajęć.

Scenariusz zajęć

Scenariusz składa się z 2 części: pięciu dwulekcyjnych spotkań dla dzieci i trzech dwugodzinnych spotkań dla ich rodziców. Scenariusz dla dzieci i rodziców zaplanowany został jako integralna całość. Dzięki temu możliwe jest stworzenie płaszczyzny porozumienia między rodzicem i dzieckiem, która prowadzi do rozpoczęcia rozmowy na tematy dotyczące bezpieczeństwa.

Przygotowany przez nas scenariusz jest narzędziem zawierającym instrukcje, podpowiedzi, uwagi do poszczególnych ćwiczeń. W szczególności, w przypadku zajęć dla dzieci, może przeprowadzić je osoba o relatyw-

nie małym doświadczeniu zawodowym, jeśli świadoma jest wystąpienia określonych trudności i planu ich rozwiązania. Jako sytuacje trudne dla prowadzącego postrzegamy ujawnienie krzywdzenia przez dziecko biorące udział w zajęciach.

Poszczególne moduły zawierają również dołączone do scenariusza odpowiednie materiały, niezbędne do pełnej realizacji spotkania (zestaw rysunków symbolizujących emocje, opis gotowych do pokazania scenek, opis ćwiczeń dla rodziców). Forma gotowych do wykorzystania załączników wymaga jedynie powielenia ich dla odpowiedniej liczby uczestników.

Treść zajęć dla dzieci i rodziców

Wprowadzeniem do tematu bezpieczeństwa jest nauka rozpoznawania emocji. Banalne z pozoru ćwiczenie okazuje się istotne w odbiorze zarówno dla dzieci, jak i rodziców oraz realizatorów programu. Dzieci ćwiczą rozpoznawanie i nazywanie emocji, by następnie stały się one dla nich drogowskazem do rozpoznawania trudnych sytuacji. Dzieci uczą się, że ważne są granice, które wyznaczone są przez ich samopoczucie. Uczą się rozpoznawać sygnały płynące z osobistych odczuć oznaczające, że ktoś przekroczył ich granice psychologiczne. Pojęcie granic psychologicznych jest dla wielu, nawet dorosłych osób, elementem nowym w komunikacji, w byciu z innymi ludźmi. Za pomocą oddziaływań profilaktycznych chcemy, by dzieci nauczyły się, jak ważne jest odczytywanie tych subtelnych informacji dla ochrony siebie samego.

Jednym z istotnych etapów pracy z dzieckiem i rodzicem jest umiejętność rozpoznawania niebezpiecznych sytuacji przez samo dziecko. W pracy z rodzicami ważna jest ich świadomość na temat tego, jaką wiedzę w tej kwestii posiada ich dziecko, a w jakim obszarze wymaga dodatkowej edukacji.

Jedno z ćwiczeń proponowane zarówno dzieciom, jak i ich rodzicom dotyczy nabywania właśnie tej umiejętności. W trakcie pracy z dziećmi prosimy je o przyporządkowanie kolorów z symboliki wzorowanej na znanej im sygnalizacji świetlnej w ruchu drogowym (zielone, pomarańczowe, czerwone) do przytaczanych historyjek. Historyjki wybrane do ćwiczeń mówią o sytuacjach zagrożających bezpieczeństwu dziecka. Przedstawiane w programie scenki z udziałem Afi-

ki i Afika są inspiracją do rozmowy na temat bezpieczeństwa oraz działań jakie może podjąć dziecko. Dają one jednocześnie bardzo cenną informację o poziomie wiedzy i sposobie myślenia dziecka o przedstawianych sytuacjach.

W scenariuszu opisujemy 5 historii, które mogą być wstępem do rozszerzenia, tego ćwiczenia o inne trudne sytuacje, które budzą niepokój dziecka. Wybór tematów w scenariuszu dotyczył kwestii (z naszej perspektywy) najczęściej obecnych na tym etapie rozwoju dzie-

cka (kłócący się dorośli, niebezpieczne treści w Internecie, kontakt dziecka z osobą obcą).

Dopełnieniem ćwiczenia dla dzieci jest propozycja odegrania scenek z udziałem dziecka, kiedy prowadzący prosi o opowiedzenie tej sytuacji osobie zaufanej w taki sposób, jakby przydarzyła się ona właśnie wybranemu dziecku. W ten sposób wykorzystujemy jedną z najbardziej bliskich dziecku technik nauki jaką jest modelowanie. Uwrażliwiamy je na to, by zwracało się do dorosłych o pomoc i uczyło się opowiadać o tej sytuacji komuś dorosłemu.

Przykład ćwiczenia dla dzieci

ĆWICZENIE 2, ZAJĘCIA 5

Potrzebne materiały: pokolorowane przez dzieci kółka — z ćwiczenia 1. Forma pracy: zabawa. Czas trwania: 25 minut

Prowadzący mówi: *Pamiętacie Afika i Afikę? Dziś opowiem wam o tym, jak Afik i Afika uczyli się rozpoznawać trudne sytuacje. Potrafią już wiele rzeczy: wiedzą, co lubią, czego nie lubią, co ich smuci, a co złości, zupełnie tak jak wy. Posłuchajcie historii, które się im przytrafiły. Afik i Afika poprosili, byście każdej historii dali swoje światło. Zielone, gdy dziecko jest bezpieczne, żółte światło, gdy powinno uważać i czerwone, gdy jest w niebezpieczeństwie. Posłuchajcie historii, zastanówcie się, a gdy dam znak, podnieście swoje światła, które dajecie tej sytuacji. Przypominam: czerwone – gdy jest zagrożone bezpieczeństwo, żółte – gdy dziecko musi uważać, bo może zdarzyć się coś niebezpiecznego, zielone – jeśli dziecko jest bezpieczne i nic mu nie grozi.*

Prowadzący przedstawia 5 historii. Każdą historię i wskazany kolor światła omawiamy z całą grupą.

HISTORIA 1

Ostatnio Afika była u swojej koleżanki. Gdy bawiły się, do domu wrócił tata Zinki i bardzo się kłócił z jej mamą, krzyčeli na siebie, że w domu jest bałagan. W pewnym momencie było tak głośno, że Afika zaczęła się bać i z tego wszystkiego zaczęła ją nawet boleć głowa.

Jakie światło damy tej sytuacji? Afika, tak jak wy, dała czerwone światło. Afika wie, że nikt nie powinien krzyčec na innych. Dzieci nie lubią, gdy dorośli się kłócą. Komu Afika powinna na tym powiedzieć? Zamiast krzyčec trzeba powiedzieć spokojnie o co chodzi. Można na przykład poprosić o posprzątanie. Jak Afika powinna opowiedzieć o tym, co ją spotkało?

HISTORIA 3

Gdy Afik czekał na mamę, podszedł do niego człowiek, którego chłopiec widział pierwszy raz w życiu i zapytał go, jak ma na imię. Miał takiego śmiesznego psa, który robił różne sztuczki. Zapropozował Afiko- wi paczkę jego ulubionych chipsów, jeśli pójdzie z nim do jego domu.

Jakie światło damy w tej sytuacji? Co powinien zrobić Afik? Afik dał czerwone światło. Nie wolno iść nigdzie z dorosłym, nawet jeśli ma śmiesznego psa i daje chipsy. O takim spotkaniu trzeba szybko komuś powiedzieć. Jak myślicie — komu? Jak o tej historii opowiedzieć — jak myślicie?

Osoba prowadząca prosi jedno z dzieci, by odgrywało rolę Afika, przedstawia siebie jako rodzica i mówi: „Co cię dzisiaj spotkało?”. Dziecko ma za zadanie opowiedzieć o zdarzeniu, które przydarzyło się Afikowi.

Takie samo ćwiczenie proponujemy również dorosłym, zachęcając ich do rozmowy na temat poziomu wiedzy w zakresie bezpieczeństwa w poszczególnych historyjkach ich dzieci. Świadomość zagrożeń jest tak samo ważna w przypadku dzieci, jak również ich rodziców, pozwala uświadomić dorosłym potrzebę rozmawiania z dziećmi na temat ich bezpieczeństwa.

Z REFLEKSJI PROWADZĄCEGO (PEDAGOGA SZKOLNEGO):

Niezwykle cenne okazało się odniesienie do doświadczeń konkretnych dzieci. Widziałam uczucie ulgi rodziców, których dzieci wskazywały właściwie światła i strach rodziców, kiedy okazywało się, że dziecko gubi się w takiej potencjalnej przeciw sytuacji. Zaskoczyły mnie mechanizmy jakie uruchamiały się u rodziców mówiących „to nie może się przydarzyć mojemu dziecku”, „przecież wiem, gdzie chodzi, z kim się spotyka”. Dopiero na ostatnim spotkaniu rodzice przyznawali rację, że ich obecność spowodowana jest właśnie stworzeniem zaplecza do tego, by jak najskuteczniej zapobiec sytuacjom niebezpiecznym dla ich dziecka. Rodzice muszą usłyszeć swoje dzieci, by móc się skonfrontować ze swoim lękiem i obawami.

Wielu rodziców wskazuje na lęk przed rozmawianiem na trudne według nich tematy z dziećmi, mówiąc jednocześnie, że obawiają się, by ich dzieci nie znalazły się w takiej sytuacji.

Rodzice przyznają się, że nie wiedzą, jak rozpocząć rozmowę z dzieckiem na tematy trudne, czasem wstydliwe. Z tego też powodu często nie omawiają z nim najistotniejszych kwestii. Dobry kontakt, bliska i szczerza relacja mogłaby zapobiec wielu zagrożającym sytuacjom. W ramach spotkania z rodzicami namawiamy ich do przyjrzenia się tym sytuacjom oraz swoim trudnościom. Wspólnie z nimi zastanawiamy się, jak dzieci mogą rozumieć poziom zagrożenia w konkretnej sytuacji. Ćwicząc z rodzicami rozmowę z ich dzieckiem na temat bezpieczeństwa, pomagamy uruchomić ich możliwości w komunikacji.

Znaczną część zajęć dla rodziców poświęcamy także naturalnym zmianom rozwojowym u dziecka, które wywołują charakterystyczne dla danego wieku reakcje i zachowania.

Nasze doświadczenia z realizacji programu wskazują, iż w większości sytuacji rodzice nie postrzegają możliwości dziecka adekwatnie do jego etapu rozwojowego. Oczekiwania względem chronienia siebie przed przemocą przez dziecko oraz także oszacowania stopnia zagrożenia, są często zawyżane w stosunku do możliwości dzieci. Rodzice nie dostrzegają także niezwykle istotnej i wiodącej własnej roli jako rodzica, a szczególnie rozmowy na ten temat, w procesie ochrony dziecka.

Z ANKIET EWALUACYJNYCH:

Nie zdawałam sobie nawet sprawy, w jak wielu sytuacjach narażone jest moje dziecko i jak wiele razy z powodu braku umiejętności nie potrafiłam dotrzeć do swojego dziecka. Wydawało mi się, że mam z nim świetny kontakt. Każdy rodzic powinien mieć możliwość uczestnictwa w takich zajęciach — Anna, mama 8-letniego Mateusza.

Wiem, na co zwracać większą uwagę i co powinno mnie niepokoić. Zaczęłam też wykorzystywać różne sytuacje, by więcej rozmawiać z moją córką o bezpieczeństwie. Często rozmawiamy o tym, co zrobiliby Afik i Afika w takiej sytuacji i to rzeczywiście zdaje egzamin. Dobrze, że oboje ich znamy — Tomasz, tata 7-letniej Marceliny.

O co najczęściej pytają rodzice w czasie zajęć?

Pytania, wątpliwości rodziców w zakresie ochrony dzieci przed zagrożeniami łączą się z brakiem jasności co do zasad, jakie mogą wprowadzać wraz z dziećmi, a które służą ochronie ich bezpieczeństwa. Czasem korzystają z potocznej wiedzy na ten temat, czasem ze swoich wyobrażeń. Spotkanie z rodzicami

to z reguły pierwsza możliwość refleksji nad tym, z jakimi zagrożeniami mogą spotkać się ich dzieci i jak oni, jako dorośli, mogą je przed tym chronić. Obarczają dzieci nadmierną odpowiedzialnością za ocenę ryzyka. Zdarza się również, że ich nadopiekuńczość nie pozwala dzieciom ćwiczyć takich umiejętności.

Z DOŚWIADCZEŃ OSÓB PROWADZĄCYCH:

Zajęcia z rodzicami są dużym wyzwaniem, ale dają też ogromną satysfakcję. Mam poczucie, że odpowiadają na ich potrzeby. Wychodząc z trzeciego spotkania większość rodziców wie, czego nie można robić w kontakcie z dzieckiem, by być bliżej niego. Zna więcej dróg wejścia w świat swojego dziecka — psycholog przedszkolny.

Niezwykle istotny wpływ na osiągnięcie celów, jakie zakładają poszczególne moduły programu, ma przygotowanie merytoryczne osoby prowadzącej spotkanie. Od jej podejścia i profesjonalizmu zależy stopień wykorzystania proponowanych rodzicom treści oraz otwartość na rozmowę na temat pojawiających się w wychowywaniu dzieci problemów.

Każdy z uczestników szkolenia przygotowującego do realizacji programu otrzymuje wydrukowany scenariusz wraz z niezbędnymi załącznikami. Każda z lekcji zawiera

proponowane przez nas instrukcje i komentarze prowadzących, co bez wątpienia pomoże w realizacji zajęć przez osoby mniej doświadczone i będzie jednocześnie inspiracją dla osób od dawna pracujących z dziećmi i rodzicami w tym obszarze.

Szczególnie ważne jest dla nas przygotowanie się do właściwych reakcji w czasie niestandardowych sytuacji, np. ujawnienie przemocy domowej przez dziecko w czasie realizacji zajęć w klasie. Biorąc pod uwagę charakter poruszanych treści, zdajemy so-

bie sprawę, że zajęcia mogą skłonić dzieci do przekazania informacji o własnych doświadczeniach przemocy. Taka sytuacja zawsze

jest trudna i wymaga wcześniejszego omówienia sposobu reagowania ze strony prowadzącego.

The article provides information for professionals about a framework of a child abuse prevention program. As well as this, it encourages counselors to implement the program in question in their proper facilities.

O AUTORKACH

KATARZYNA FENIK — psychoterapeuta, pedagog specjalny, pracownik Fundacji Dzieci Niczyje oraz wieloletni współpracownik organizacji zajmujących się pomocą ofiarom przemocy, m.in. Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”. Katarzyna Fenik jest także autorką programów profilaktycznych dla dzieci i młodzieży w zakresie przeciwdziałania przemocy, profilaktyki uzależnień, bezpieczeństwa dzieci w Internecie oraz współautorką kampanii na temat handlu dziećmi: „Dzieci nie są na sprzedaż”. Prowadzi szkolenia w zakresie problematyki dziecka krzywdzonego. Ma w swoim dorobku wiele artykułów poświęconych pracy terapeutycznej z dziećmi krzywdzonymi.

RENATA KALUCKA — psycholog, psychoterapeuta. Od 1994 r. pracuje klinicznie z dziećmi doświadczającymi przemocy, ich rodzinami oraz z osobami dorosłymi. Psychoterapeuta grupy i rodzinny. W Fundacji Dzieci Niczyje zajmuje się diagnozą i terapią, wydaje opinie psychologiczno-sądowe, prowadzi szkolenia w zakresie problematyki dziecka krzywdzonego. Jest wykładawcą Studium Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Instytucie Psychologii Zdrowia.

JOANNA MARSZAŁ-KOTAS — psycholog, absolwentka Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego. Certyfikowany trener jakości szkoleń Stowarzyszenia Trenerów Organizacji Pozarządowych. Obecnie uczestniczy w całościowym szkoleniu systemowym posiadającym atest Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. Absolwentka pierwszego w Polsce Studium Terapii Narracyjnej. Od 2008 r. związana z Fundacją Dzieci Niczyje, gdzie zajmuje się diagnozą i terapią dzieci krzywdzonych.