

# Karta pracy „Powtórz i porozmawiaj razem ze mną”

Dla rodziców i opiekunów dzieci w wieku 4–6 lat

## POROZMAWIAJ I POWTÓRZ RAZEM ZE MNĄ po zrealizowanych zajęciach „GADKI”

I. Nauczyliśmy się 5 zasad dotyczących bezpieczeństwa. Do każdej z nich poznaliśmy gesty, które mają nam o nich przypominać. Powtórzysz razem ze mną?


1. „**G – gdy mówisz «NIE», to znaczy «NIE»**” – wzięcie się pod boki i kiwanie palcem wskazującym na boki lub wzięcie się pod boki i przeczące kręcenie głową w lewą i prawą stronę.
2. „**A – alarmuj, gdy potrzebujesz pomocy**” – zrobienie z ręki trąbki i przyłożenie jej do ust.
3. „**D – dobrze zrobisz, mówiąc o tajemnicach, które Cię niepokoją**” – dwie wyciągnięte dłonie zwrócone ku sobie „rozmawiają”: jedna mówi, a druga „potakuje”.
4. „**K – koniecznie pamiętaj, że Twoje ciało należy do Ciebie**” – gest tulenia i „lulania” własnego ciała.
5. „**I – intymne części Twojego ciała są szczególnie chronione**” – skrzyżowane przedramiona na wysokości klatki piersiowej.

Gesty powtarzamy za każdym razem, kiedy kończymy omawianie kolejnej zasady.

II. Rozmawialiśmy o tym, jakie sytuacje są bezpieczne, a jakie są niebezpieczne, że nasze „nie” ma znaczenie (kiedy i w jaki sposób należy pokazać, że się na coś nie zgadzamy) i że warto prosić o pomoc (alarmować), gdy potrzebujemy wsparcia. Może o tym porozmawiamy?

Inspiracje i pytania do rozmów z dziećmi:

Co to właściwie znaczy, że ktoś jest bezpieczny? Co jest niebezpieczne? Czy na przykład burza, taka z piorunami, jest niebezpieczna? A jeśli taka burza szaleje za oknem, a my siedzimy w ciepłym mieszkaniu i czytamy bajki, to jesteśmy jednak bezpieczni? Czy szybko jadący samochód jest niebezpieczny? Albo kiedy idziemy chodnikiem z mamą lub tatą za rękę, a obok jest ulica – czy jesteśmy bezpieczni? Jakie przykłady możemy jeszcze wymienić?




W jakich sytuacjach codziennych, które zagrażają naszemu bezpieczeństwu, warto powiedzieć „nie”?

Przykłady:

- Jesteś na chwilę sam przed swoim domem albo na klatce schodowej. Spotykasz sąsiadkę, która wita się z Tobą i proponuje wizytę w swoim mieszkaniu, żeby poczęstować Cię kawałkiem ciasta. Nie ma z Tobą rodziców.
- Koleżanka lub kolega chce bardzo mocno Cię przytulić, ale Ty nie masz teraz ochoty na przytulanki.
- W parku podchodzi do Ciebie pani, której nie znasz, i chce zrobić Ci zdjęcie. W jaki sposób możemy zaalarmować o potrzebie pomocy?

III. Podczas zajęć dyskutowaliśmy również o tym, czym są dobre i złe tajemnice. Warto powtórzyć raz jeszcze, że zła tajemnica to taka, która wzbudza strach, złość lub smutek. Zła tajemnica to taka, do której namawia nas ktoś, kto nas straszy, że stanie się nam coś złego, jak komuś o tym powiemy. Ważne jest też, żeby mówić tym, co wywołuje nasz niepokój, i mieć zaufaną osobę, której możemy o tym powiedzieć. Może porozmawiamy o tym teraz wspólnie, jakie są dobre i złe sekrety? I co to znaczy ufać komuś? Jakie osoby ja darzę zaufaniem? Jakie osoby nazwałbym(-abym) swoją zaufaną osobą i kiedy zwróciłbym(-abym) się do nich po pomoc?

IV. Częścią naszych zajęć była rozmowa na temat stawiania granic, m.in. o tym, że moje ciało należy do mnie, a intymne części ciała są pod specjalną ochroną. Może raz jeszcze wspólnie to omówimy i odpowiemy na przykładowe pytania z zajęć?

1. Czy każdy może złapać mnie za rękę?
  2. Czy zawsze możemy się przytulić do kolegi lub koleżanki z przedszkola?
  3. A czy możemy sobie przybijać „piątki”?
  4. Czy lubię, gdy ktoś mnie łaskocze?
  5. Czy możemy odmówić, gdy ktoś chce nas dotknąć?
  6. Co możemy zrobić, gdy ktoś chce nas przytulić, pogłaskać, połaskotać albo pocałować, a my nie mamy na to ochoty?
- 





Każdy z nas ma indywidualne prawo decydować o tym, kto może dotykać naszego ciała. Jeżeli ktoś – osoba dorosła albo inne dziecko – nas dotyka, a my tego nie chcemy, możemy powiedzieć: „Nie zgadzam się” „Nie rób tego” „Nie chcę, żebyś to robił” albo „Stop!”. W takiej sytuacji możemy też poprosić kogoś o pomoc, czyli zaalarmować o tym. Można również odsunąć się od takiej osoby. Nikt nie ma prawa nas dotykać ani oglądać bez naszej zgody. Jeżeli natomiast tak się stanie, należy koniecznie powiedzieć o tym osobie, której ufamy, np. rodzicom, babci lub nauczycielowi. Może się zdarzyć, że intymne części ciała będzie chciał zobaczyć np. lekarz. Zawsze jednak powinien to robić w towarzystwie rodziców lub dorosłych, którzy z nami do niego przyszli.

#### V. Kolorowanka

Gadek to pies, który towarzyszył nam na zajęciach. Był godny zaufania i uczył nas wszystkich ważnych zasad. Możemy go wspólnie pokolorować i znaleźć dla niego widoczne miejsce w naszym domu, aby przypominał wszystkim domownikom o ważnych zasadach bezpieczeństwa, do których możemy wracać i utrzymywać je w codziennym życiu.

Więcej materiałów do pracy z dziećmi znajdziesz na stronie [gadki.fdds.pl](http://gadki.fdds.pl).

Mamo, tato – przeczytajcie też broszurę na temat wzmacniania bezpieczeństwa dzieci przygotowaną specjalnie dla Was!

