

Karta pracy „Powtórz i porozmawiaj razem ze mną”

Dla rodziców i opiekunów dzieci w wieku 10–12 lat

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

I. Nauczyliśmy się 5 zasad dotyczących bezpieczeństwa. Powtórzysz je razem ze mną?

- G – gdy mówisz „NIE”, to znaczy „NIE”
- A – alarmuj, gdy potrzebujesz pomocy
- D – dobrze zrobisz, mówiąc o tajemnicach, które Cię niepokoją
- K – koniecznie pamiętaj, że Twoje ciało należy do Ciebie
- I – intymne części Twojego ciała są szczególnie chronione

II. Rozmawialiśmy o tym, jakie sytuacje są bezpieczne, a jakie 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 wspólnie? Inspiracje i pytania do rozmów: Co to właściwie znaczy, że ktoś jest bezpieczny? Co według nas jest niebezpieczne? Co wpływa na nasze poczucie bezpieczeństwa? W jakich sytuacjach codziennych, które zagrażają naszemu bezpieczeństwu, warto powiedzieć nie?

Przykłady:

1. Jesteś sam przed swoim domem albo na klatce schodowej. Spotykasz mieszkającego w sąsiedztwie starszego chłopaka, którego kojarzysz tylko z widzenia. Chłopak wita się z Tobą i proponuje, abyś go teraz odwiedził, żeby wspólnie pograć na konsoli. Nie ma w pobliżu Twoich rodziców, nie możesz też do nich zadzwonić. Co mu odpowiesz?
2. Starszy kolega bardzo chce, żebyście obejrzelі razem wideo. Mówi, że to materiał tylko dla dorosłych. Co robisz?
3. Na parking pod szkołą podjeżdża mężczyzna, który mówi, że Cię kojarzy i że mieszkacie obok siebie. Chce odwieźć Cię do domu. Czy się zgadzasz?
4. W szkole kolega chce wejść z Tobą do kabiny w toalecie.
5. Bawicie się na dworze z koleżanką z sąsiedztwa. Ta namawia Cię, żebyście poszły „do jednego pana, który rozdaje za darmo kody do gier albo superśłodkie maskotki”. Jak reagujecie na jej propozycję?

6. Koleżanka namawia cię, żeby założyć kanał z innymi osobami z klasy poświęcony wyłącznie obmawianiu znajomej dziewczynki.

III. W jaki sposób możemy zaalarmować o potrzebie pomocy? W skali 0–5 określ (ja - dziecko i Ty - dorosły), wspólnie oceńmy, na ile w przykładowej sytuacji odczuwalibyśmy potrzebę zaalarmowania o potrzebie pomocy i w jaki sposób byśmy to zrobili?

1. Gdy czekałaś na parkingu przed szkołą na rodziców koleżanki ze starszej klasy, których nie znasz, nagrywała Cię telefonem. Nie spodobało Ci się to.
2. Ktoś z internetu chce się z Tobą spotkać. Odmawiasz, ale ta osoba nalega i ciągle dzwoni do Ciebie na komunikatorze.
3. Podczas schodzenia z boiska po treningu słyszysz od dwóch nieznajomych chłopaków, którzy Cię obserwowali, że zaczekają na Ciebie przy wyjściu, żeby porozmawiać na osobności.
4. Ktoś wrzucił Twoje zdjęcia robione z ukrycia na grupę klasową bez Twojej zgody.
5. Podczas powrotu ze szkoły zauważasz, że cały czas idzie za Tobą starszy chłopak, którego znasz tylko z widzenia. W pewnym momencie podbiega do Ciebie i chce Ci zabrać telefon.

IV. 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, kogo nie znamy. 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? Co w codziennych sytuacjach wywołuje nasz niepokój? I co to znaczy komuś ufać? Jakie osoby ja darzę zaufaniem, a jakie Ty jako dorosły? Jakie osoby nazwałbym/nazwałabym swoją zaufaną osobą i kiedy zwróciłbym/zwróciłabym się do nich po pomoc?

Dobrze wiedzieć o 116 111 – telefonie zaufania dla dzieci i młodzieży. To taki numer, pod który może zadzwonić każde dziecko, kiedy czuje, że ma problem lub potrzebę, aby porozmawiać z kimś, kto nie oceni i zareaguje wsparciem.

V. Ostatnią częścią naszych zajęć była rozmowa na temat stawiania granic, w 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 każdy może zrobić nam zdjęcie?
3. Czy zawsze możemy się przytulić do kolegi lub koleżanki ze szkoły?
4. Czy każdy może opublikować nasze zdjęcia w internecie?
5. Czy możemy odmówić, gdy ktoś chce nas dotknąć lub pocałować?
6. Co możemy zrobić, gdy ktoś chce nas przytulić, pogłaskać, połaskotać albo pocałować, a my nie mamy na to ochoty?
7. Czy ktokolwiek może nas zmuszać, żebyśmy przesyłali mu nasze zdjęcia?

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. 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, nauczycielom.

Więcej materiałów do pracy z dziećmi znajdziesz na stronie gadki.fdds.pl.

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

