

# Mam prawo czuć się bezpiecznie

## Jak przeciwdziałać przemocy rówieśniczej?

**SCENARIUSZ WARSZTATÓW DLA  
MŁODZIEŻY W WIEKU 13-16 LAT  
PRZEBYWAJĄCEJ W OŚRODKACH  
DLA CUDZOZIEMCÓW**



**FUNDACJA  
DAJEMY  
DZIECIOM  
SIĘ**

**FUNDACJA DAJEMY DZIECIOM SIŁĘ** dąży do tego, by wszystkie dzieci miały bezpieczne dzieciństwo i były traktowane z poszanowaniem ich godności i podmiotowości.

Chronimy dzieci przed krzywdzeniem i pomagamy tym, które doświadczyły przemocy, by znały swoje prawa, wierzyły w siebie i cieszyły się życiem.

Realizując naszą misję:

- Oferujemy krzywdzonym dzieciom i ich opiekunom pomoc psychologiczną i prawną.
- Uczymy dzieci, jak mogą uniknąć przemocy i wykorzystywania.
- Uczymy dorosłych, jak traktować dzieci/co mogą zrobić, żeby nie były krzywdzone.
- Informujemy dorosłych, jak reagować, gdy podejrzewają, że dziecku dzieje się krzywda.
- Wpływamy na polskie prawo, by jak najlepiej chroniło interes dziecka.

Copyright © 2016 Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę  
ul. Walecznych 59  
03-926 Warszawa  
tel. 22 616 16 69  
e-mail: [biuro@fdds.pl](mailto:biuro@fdds.pl)  
[www.fdds.pl](http://www.fdds.pl)

Opracowanie: Anna Kawalska  
Konsultacja merytoryczna: Jolanta Zmarzlik  
Redakcja: Sylwia Romańczak  
Projekt graficzny i skład: Ewa Brejnakowska-Jończyk, [www.ewa-bj.pl](http://www.ewa-bj.pl)  
Rysunki: Elsi Adajew



UNIA EUROPEJSKA  
FUNDUSZ AZYLU,  
MIGRACJI I INTEGRACJI

„Bezpieczna przystań”

Publikacja powstała w ramach projektu „Chronimy dzieci w ośrodkach dla uchodźców: kompleksowy system ochrony dzieci przed przemocą i wykorzystywaniem”, współfinansowanego ze środków Krajowego Programu Funduszu Azylu Migracji i Integracji oraz z budżetu państwa.

Wyłączna odpowiedzialność za treści zawarte w niniejszej publikacji spoczywa na Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę. Komisja Europejska oraz Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji nie ponoszą odpowiedzialności za sposób wykorzystania udostępnionych treści.



FUNDACJA  
DAJEMY  
DZIECIOM  
SIŁĘ



FUNDACJA  
OCALENIE



URZĄD DO SPRAW  
CUDZOZIEMCÓW

# Spis treści

Warto wiedzieć	2
Charakterystyka zajęć	4
Scenariusz zajęć	5
<b>Część 1.</b>	
Wprowadzenie i integracja	5
<b>Część 2.</b>	
Emocje – odczuwam, rozpoznaję, nazywam	7
<b>Część 3.</b>	
Przemoc rówieśnicza	9
Załączniki	16

# Warto wiedzieć

W związku z dużą rotacją mieszkańców w ośrodku, na zajęciach mogą być nastolatki, którzy w ośrodku mieszkają dłużej (nawet kilka lat) oraz tacy, którzy dopiero do niego przyjechali. Nie należy liczyć na to, że stanowią zgraną, zintegrowaną grupę. Dlatego tak ważne jest wprowadzenie zasad pracy oraz stworzenie dobrej atmosfery poprzez zorganizowanie prostych zajęć integracyjnych.

Należy przygotować się na pracę z wielokulturową grupą, osobami o różnym stopniu znajomości języka polskiego. Wskazane jest dowiedzieć się z jakich krajów pochodzą uczestnicy oraz w jakim języku/językach muszą być prowadzone zajęcia, by wszyscy uczestnicy je rozumieli. Podczas warsztatu prowadzący powinien używać prostego, niezargonowego języka; w przypadku pracy z tłumaczem należy pamiętać o tym, by fragmenty do tłumaczenia nie były za długie. Należy również pamiętać, że praca z tłumaczem wydłuża polecenia i całe zajęcia. Dobrym sposobem przekazywania instrukcji do ćwiczeń jest pokazywanie i modelowanie tego, co będzie robione. Prowadzący powinien mieć także przygotowane dodatkowe krótkie ćwiczenia (pobudzające bądź wyciszające), których może użyć jako przerywników, w razie potrzeby.

Przygotowując się do pracy z dziećmi w ośrodku warto zdobyć podstawową wiedzę na temat krajów pochodzenia uczestników: gdzie dany kraj leży, jakie są w nim większe miasta, jaka jest obecna sytuacja w kraju, jaką religię wyznają mieszkańcy, jakie obyczaje panują w kraju. Informacje można znaleźć w internecie, książkach, publikacjach organizacji pozarządowych zajmujących się edukacją międzykulturową (spis takich organizacji można znaleźć na stronie: [www.uchodzcy.info](http://www.uchodzcy.info)) lub zdobyć wiedzę bezpośrednio od osób będących reprezentantami danej kultury.

W latach 2007–2015 najliczniejszą grupą osób ubiegających się o status uchodźcy w Polsce byli obywatele Federacji Rosyjskiej (z których większość stanowiły osoby narodowości czeczeńskiej), a następnie w kolejności obywatele Gruzji, Ukrainy, Armenii i Syrii.

Poniżej zamieszczamy podstawowe informacje na temat kultury czeczeńskiej.

Pracując z młodzieżą z Czeczenii (a także z innych kaukaskich republik: Inguszetii, Dagestanu) warto wziąć pod uwagę, że wiele osób z tego kręgu kulturowego przyjmuje zasadę, że pomiędzy osobami płci przeciwnej, niebędącymi członkami rodziny, nie powinno być kontaktu fizycznego. Chłopcy i dziewczęta np. mogą nie chcieć złapać się za rękę, pracować w mieszanej parze lub mogą reagować na pracę w mieszanej grupce dużym napięciem. Podczas poczęstunku mogą chcieć zjeść osobno, w podziale na grupy chłopców i dziewcząt. Warto zatem dostosowywać formy

i metody pracy do uczestników, tak, aby czuli się komfortowo i bezpiecznie, by w jak największym stopniu skorzystali z zajęć i mogli skupić się na prezentowanych treściach. Tematy związane z seksualnością muszą być omawiane osobno dla chłopców i dziewcząt oraz za zgodą rodziców.

Na całym Kaukazie ważny jest szacunek do starszych. W rodzinach czeczeńskich dużą rolę pełni starsze rodzeństwo, które często opiekuje się młodszym. Starsze rodzeństwo proszone jest o pomoc w trudnych dla młodszego dzieci sytuacjach, młodsze rodzeństwo powinno słuchać się starszego, okazywać mu szacunek. W kulturach kaukaskich bardzo ważne są również honor i tzw. zachowanie twarzy – obraza słowna jest odbierana bardzo dotkliwie. W obecności dziewczynek nie powinno się mówić brzydkich słów, rolą braci jest wstawić się za siostrą, którą ktoś obraził.

W porównaniu do kultury polskiej, kultury kaukaskie są bardziej ekspresyjne. Bardziej żywiołowe reakcje, głośniejsze rozmowy czy brzmienie (gardłowa wymowa) takich języków jak czeczeński, gruziński może sprawić, że zwyczajna wymiana zdań pomiędzy osobami z tych krajów może być odbierana przez Polaków jako agresywna.

Czeczeni to wyznawcy islamu, planując więc posiłek należy pamiętać, że muzułmanie i muzułmanki nie jedzą wieprzowiny, dotyczy to także żelatyny wieprzowej, którą zawierają niektóre cukierki i żelki. Warto pamiętać także o tym, że wyznawcy islamu modlą się pięć razy dziennie oraz o tym, że w miesiącu ramadan muzułmanie i muzułmanki postują od wschodu do zachodu słońca (dotyczy to dorosłych, ale starsze dzieci mogą praktykować post tyle dni, ile są w stanie).

Pracując z osobami z innych kręgów kulturowych warto pamiętać, że stanowią one, podobnie jak Polacy, bardzo zróżnicowaną grupę, dlatego też wiedza o ich krajach, tradycjach i kulturze może być jedynie wskazówką, podpowiedzią, z czym możemy się spotkać, a nie receptą na udaną współpracę.

Przygotowując się do pracy z grupą dzieci w ośrodku dla uchodźców, warto dowiedzieć się czy w grupie są dzieci o specjalnych potrzebach, np. mają ograniczenia w poruszaniu, ograniczenia intelektualne. Jeżeli tylko jest taka możliwość, należy włączyć je w uczestnictwo w zajęciach poprzez np. modyfikację programu, dołączenie do zespołu dodatkowej osoby prowadzącej, np. wolontariusza, wolontariuszki.

# Charakterystyka zajęć

## Cele zajęć:

- uświadomienie młodzieży, czym jest przemoc rówieśnicza, jak działa mechanizm przemocy rówieśniczej,
- wzmocnienie przekonania u młodzieży, że inni nie mają prawa stosować wobec nich przemocy fizycznej i psychicznej,
- dostarczenie wiedzy na temat tego, jak można sobie radzić w sytuacji przemocy rówieśniczej, gdzie można uzyskać pomoc.

## Czas trwania:

3 godziny zegarowe.

Pierwszy blok zajęć powinien trwać 60 minut, następnie przerwa (10 min) na poczęstunek (napoje, słodkości) i drugi blok – 1 godzina 50 minut.

## Liczba uczestników:

Zalecana liczba uczestników to 8–16 osób.

## Odbiorcy:

Uczestnikami zajęć jest młodzież (w wieku około 13–16 lat) zamieszkująca ośrodki dla cudzoziemców. Nastolatki wraz ze swoimi rodzicami/opiekunami lub jednym z nich, ubiegają się o status uchodźcy i znajdują się w tzw. procedurze uchodźczej, oczekując na decyzję, czy będą mogli pozostać na terenie Polski.

## Miejsce:

Sala świetlicowa lub szkolna, która umożliwi ustawienie krzesel w koło.

## Materiały/sprzęt:

Komputer, rzutnik, głośniki.

Kartki flipchartowe, markery, taśma do przyklejenia flipchartów, kartki A4, karteczki samoprzylepne na imiona, kserokopie materiałów pomocniczych w liczbie dostosowanej do liczebności grupy, klej, nożyczki, kolorowe flamastry lub kredki.

## Osoby prowadzące zajęcia:

Najbardziej odpowiednie do prowadzenia zajęć są osoby, które mają doświadczenie w pracy z młodzieżą (13–16 lat) metodami warsztatowymi. Mogą to być psychologowie, pedagodzy, trenerzy, edukatorzy – osoby, które posiadają wiedzę na temat przemocy rówieśniczej.

Zalecane jest, aby zajęcia prowadzone były przez dwóch prowadzących. Pozwoli to zadbać o całą grupę oraz poszczególnych uczestników. Wskazane jest, aby zajęcia prowadzili mężczyzna i kobieta. Świetnymi współprowadzącymi – tłumaczami są młode osoby, które same są uchodźcami i uchodźczyniami, od dawna mieszkają w Polsce, są zintegrowane z polskim społeczeństwem, znają język uczestników np. ceczeński, rosyjski oraz dobrze rozumieją ich kulturę i doświadczenia, a także budzą ich zaufanie oraz stanowią dla nich dobry przykład.

## Metody pracy:

Miniwykłady, praca z filmem, praca w grupach, dyskusja, odgrywanie scenek.

# Scenariusz zajęć – Część 1.

## Wprowadzenie i integracja

### Cele:

- ustalenie norm współpracy na zajęciach,
- stworzenie dobrej, bezpiecznej atmosfery do pracy,
- zintegrowanie uczestników.

### Przebieg spotkania

#### WPROWADZENIE

##### POWITANIE (5 MINUT)

**Forma pracy:** powitanie w grupie.

Uczestnicy siadają na krzesłach w kole. Prowadzący witają się z uczestnikami w różnych językach, we wszystkich językach, którymi mówią uczestnicy oraz w kilku innych popularnych językach (słowniczek z powitaniami w różnych językach znajduje się w załączniku nr 1).

Prowadzący mówią dzień dobry w kilku językach, a grupa odpowiada. Następnie chętni uczestnicy kolejno witają się w swoich lub znanych im językach, a pozostali uczestnicy im odpowiadają.

##### PRZEDSTAWIENIE SIĘ PROWADZĄCYCH I CELE ZAJĘĆ (5 MINUT)

**Forma pracy:** wprowadzenie prowadzących.

Prowadzący przedstawiają się uczestnikom (imię, kim są, zawód). Mówią o celach zajęć.

Przykład:

*Podczas dzisiejszych zajęć omówimy bardzo ważny temat – prawa dzieci i młodzieży. W Polsce dzieci, czyli wszystkie osoby poniżej 18. roku życia mają swoje prawa, np. prawo do nauki, prawo do bezpieczeństwa, prawo do tego, by inni nie stosowali wobec nich przemocy (dorośli czy rówieśnicy). Rolą dorosłych (pracowników ośrodka, rodziców, nauczycieli, pracowników organizacji, które zajmują się prawami dzieci) jest zapewnienie dzieciom i młodzieży bezpieczeństwa i pomocy w trudnych sytuacjach. W ośrodkach dla cudzoziemców i innych miejscach (np. wielu szkołach) wprowadzany jest program „Chronimy dzieci”, który ma na celu zapewnić dzieciom bezpieczeństwo w tych miejscach.*

*Podczas tych zajęć poznamy się lepiej, dowiemy się więcej o emocjach oraz porozmawiamy o tym, co robić w sytuacji, gdy nas lub kogoś innego spotka nieprzyjemne zachowanie ze strony rówieśników, np. dokuczanie, straszenie, przemoc.*

##### KONTRAKT (5 MINUT)

**Forma pracy:** praca na forum.

Prowadzący umawiają się z uczestnikami na zasady, jakie będą obowiązywać na zajęciach. Zwracają się do grupy:

- *Chcielibyśmy się teraz z Wami umówić na to, jak będziemy zachowywać się na tych zajęciach, by każdy się czuł dobrze i bezpiecznie oraz żeby nam się dobrze razem pracowało. Jakie macie propozycje?*

Propozycje uczestników oraz własne prowadzący przedstawiają na tablicy lub flipcharcie za pomocą prostych rysunków/graficznych symboli:

**1. JEDEN MIKROFON** – czyli w danym momencie mówi jedna osoba, inni słuchają (warto wytłumaczyć, że siedzimy w kole ponieważ na zajęciach jest ważne, co każdy będzie mówił, słuchamy osób prowadzących oraz siebie nawzajem).

**2. RĘKA** – gdy chcemy coś powiedzieć, spytać podnosimy rękę i czekamy na wskazanie przez prowadzącego.

**3. SZACUNEK** (napisane drukowanymi literami) – do każdego na tych zajęciach odnosimy się z szacunkiem, bez względu na to czy jest starszy, młodszy, czy jest chłopcem, czy dziewczyną, jakiej jest narodowości (Polak, Czeczen, Turek), jak wygląda itp. Prowadzący dopytują uczestników co rozumieją przez szacunek. Warto podkreślić, że każdy ma prawo czuć się dobrze podczas zajęć, nie można się bić, obrażać itp.

**4. IMIĘ** (rysunek karteczki z imieniem, np. prowadzącego) – zwracamy się do kogoś tylko tak jak on/ona chce być nazywany/-a, oprócz imienia można napisać swoją ksywkę, przezwisko, które się lubi.

**5. DRZWI** – prowadzący będą zwracać uwagę dzieciom, które nie będą przestrzegać zasad. Dziecko, któremu prowadzący zwróci uwagę 3 razy będzie musiało opuścić salę. Warto tu podkreślić, że prowadzącym bardzo zależy, aby wszystkie dzieci były na zajęciach, bo to ważne zajęcia – dla nich i o ich prawach. Podczas warsztatów będzie zabawa i dużo radości, ale będą też poruszane ważne tematy. Jeśli ktoś będzie uniemożliwił innym udział w zajęciach, to będzie musiał niestety wyjść.

Prowadzący rozdają uczestnikom karteczki samoprzylepne na imiona i proszą, by napisali swoje imię, oprócz imienia mogą napisać ksywkę/przezwisko, które lubią.

## **INTEGRACJA**

Prowadzący informują uczestników, że chcieliby teraz ich lepiej poznać, a także żeby uczestnicy dowiedzieli się czegoś więcej o sobie nawzajem.

### **PRZEDSTAWIENIE UCZESTNIKÓW (5 MINUT)**

**Forma pracy:** rundka na forum.

Prowadzący proszą uczestników, aby każdy się przedstawił, powiedział swoje imię, skąd jest, ile ma lat.

### **LEPIEJ SIĘ POZNAJEMY: „KTO TAK JAK JA...” ( 8 MINUT)**

**Forma pracy:** zabawa grupowa.

Uczestnicy siedzą w kole na krzesłach. Liczba krzeseł jest o jedno mniejsza niż osób biorących udział w zabawie. Jedna osoba stoi na środku i mówi coś o sobie, np. „Kto tak jak ja ma brata”, albo „Kto tak jak ja lubi grać w piłkę”, „Kto tak jak ja nie lubi oglądać filmów”. Osoby, które zgadzają się z tym stwierdzeniem muszą wstać ze swojego krzesła i zająć jakieś wolne krzesło.

Nie wolno siadać na krzesło znajdującym się bezpośrednio przy krzesle, na którym się siedzi. Nie wolno mówić o konkretnych osobach, czyli np. „Kto tak jak ja lubi Luizę/nie lubi Maliki” itp. Osoba, której nie udało się zająć wolnego krzesła, staje na środku i mówi coś o sobie „Kto tak jak ja lubi, nie lubi, ma...” itp, ale nie może powtórzyć tego, co było powiedziane już wcześniej.

### **JESTEŚMY PODOBNI, ALE TEŻ SIĘ RÓŻNIMY (10 MINUT)**

**Forma pracy:** rozmowa w parach, rundka na forum.

Prowadzący dzielą uczestników na pary. Zadaniem każdej pary jest znalezienie 2–3 rzeczy, które ich łączą (np. mamy rodzeństwo, lubimy grać w piłkę itp.) oraz 2–3 rzeczy, które ich różnią (np. tylko jedna osoba z pary lubi pływać). Następnie każda para po kolei mówi o wybranych podobieństwach i różnicach na forum grupy.



## Część 2.

# Emocje – odczuwam, rozpoznaję, nazywam

### Cele:

- zwiększenie umiejętności rozpoznawania, nazywania i wyrażania emocji u siebie i innych,
- budowanie akceptacji dla wszystkich przeżywanych emocji,
- dostarczenie uczestnikom narzędzi do rozmowy o przemocy rówieśniczej.

Prowadzący informują młodzież, że w tej części zajęć będą wspólnie rozmawiać o emocjach, uczuciach, o tym, co odczuwamy w różnych sytuacjach. Każdy człowiek odczuwa codziennie wiele różnych emocji.

### Przebieg spotkania

#### KIEDY CZUJEMY POSZCZEGÓLNE EMOCJE (10 MINUT)

**Forma pracy:** praca na forum, praca w grupach.

Prowadzący zadają pytanie:

- *Jakie znacie emocje?*

Uczestnicy wymieniają wszystkie uczucia i emocje jakie przychodzą im do głowy.

Następnie prowadzący pokazuje i przykleja na tablicy po kolei rysunki przedstawiające osoby wyrażające emocje: smutek, radość, złość, strach, wstręt, zdziwienie (załącznik nr 2). Przy każdej emocji zadaje pytanie:

- *Co to za emocja? Co czuje osoba na rysunku?*

Uczestnicy odpowiadają. Ze względu na różną znajomość języka polskiego w grupie warto, aby po nazwaniu każdej emocji cała grupa powtórzyła nazwę emocji oraz jak mówi o sobie chłopiec i dziewczyna, którzy odczuwają daną emocję, np. *To jest smutek. Jestem smutna. Jestem smutny.*

Następnie prowadzący dzieli grupę na 4 mniejsze zespoły. Każdemu zespołowi rozdają kartkę flipchartową i przydzielają jedną emocję: złość, smutek, radość, strach. Zadaniem każdej z grup jest wypisanie sytuacji, w których odczuwana jest dana emocja – można to zrobić za pomocą haseł i/lub schematycznych ilustracji. Następnie grupy po kolei prezentują i opowiadają o swoich plakatach; po prezentacji każdej z grup pozostali uczestnicy i prowadzący mogą dodać jeszcze inne sytuacje.

#### ROZPOZNAJEMY EMOCJE (7 MINUT)

**Forma pracy:** odgrywanie pantomimy na forum.

Prowadzący zapraszają uczestników do zabawy w odgadywanie emocji. Chętne osoby wychodzą kolejno na środek sali, losują z koszyka karteczkę z rysunkiem emocji (załącznik nr 2), mówią na ucho prowadzącemu nazwę emocji. W razie potrzeby prowadzący przypomina jak dana emocja się nazywa. Uczestnik odgrywa emocję przed grupą, która zgaduje, co to za emocja.

Prowadzący dopytują odgadujących po czym rozpoznali, że to była dana emocja, np. bo osoba płakała, miała spuszczoną głowę.

## WSZYSTKIE EMOCJE SĄ NAM POTRZEBNE (5 MINUT)

**Forma pracy:** dyskusja, podsumowanie na forum.

Prowadzący zadają pytania grupie:

- *Jak myślicie, po co nam emocje?*
- *Czy są emocje dobre i złe?*

## PODSUMOWANIE

Na całym świecie, niezależnie od kultury, religii, ludzie odczuwają i potrafią rozpoznać te same emocje. Czują smutek, złość, strach, wstręt, zdziwienie, radość. Wszystkie te emocje są potrzebne człowiekowi do życia, tak jak potrzebne są nam zmysły: wzrok, słuch, węch. Nie ma złych ani dobrych emocji. Prowadzący krótko wyjaśniają znaczenie przykładowych emocji, np. dzięki radości wiemy, że coś jest dla nas dobre, że to lubimy; gdy widzimy, że ktoś czuje radość wiemy, że zrobiliśmy dla niej/niego coś miłego. Niektóre emocje mogą być mniej przyjemne w odczuwaniu, ale wszystkie są nam potrzebne. Odczuwanie złości, strachu czy smutku nie jest przyjemne, ale jest naturalne i potrzebne. Dzięki strachowi np. wiemy, że jakaś sytuacja jest dla nas niebezpieczna. Pomocne jest tutaj porównanie do bólu, który nie jest przyjemny, a który jest jednak bardzo potrzebny i bez którego nie wiedzielibyśmy, że jesteśmy chorzy, że coś jest dla nas niebezpieczne, np. ogień itp.

## PRZERWA NA POCZĘSTUNEK (10 MINUT)

## Część 3.

# Przemoc rówieśnicza

### Cele:

- wzrost umiejętności dostrzegania przemocy rówieśniczej: fizycznej i psychicznej,
- rozumienie mechanizmów przemocy rówieśniczej,
- zwiększenie wiedzy i umiejętności reagowanie na przemoc rówieśniczą i szukania pomocy.

### Przebieg spotkania

#### PRZEMOC RÓWIEŚNICZA – CO TO JEST? (8 MINUT)

**Forma pracy:** praca na forum.

Prowadzący informują uczestników, że w tej części zajęć, będą rozmawiać o tym, czym jest przemoc rówieśnicza. Zadają pytanie:

- *Jak myślicie, co to jest przemoc rówieśnicza, z czym Wam się kojarzy?*

Prowadzący słuchają odpowiedzi uczestników oraz podsumowują:

Przemoc rówieśnicza ma miejsce wtedy, gdy młoda osoba doświadcza przykrości, krzywdy w wyniku działań swoich rówieśników. Przemoc to nie tylko przemoc fizyczna: kopanie, bicie, szarpanie, popychanie czy plucie, ale także przemoc psychiczna: wyśmiewanie, przezywanie, szantażowanie, obrażanie, nieodzywanie się do kogoś. Przyjrzymy się teraz temu, jak taka przemoc działa oraz wspólnie zastanowimy się, jak reagować na przemoc ze strony rówieśników.

#### PRZEMOC RÓWIEŚNICZA – „HISTORIA ADAMA” (5 MINUT)

**Forma pracy:** praca z filmem.

Prowadzący zapraszają młodzież do obejrzenia filmu „Historia Adama”. Informują uczestników, że film został nakręcony przez młodzież i dzieci – uchodźców, którzy należą do grupy teatralnej. Film opowiada o problemach, z jakimi spotykają się młodzi ludzie. Prowadzący proszą uczestników o uważne oglądanie filmu, gdyż po filmie będzie o nim rozmowa, a obserwacje i opinie wszystkich uczestników są ważne.

#### FORMY PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ (8 MINUT)

**Forma pracy:** praca na forum.

Po obejrzeniu filmu prowadzący proszą uczestników, by wymienili osoby, które były bohaterami filmu. Pytanie:

- *Kim są bohaterowie filmu?*

Prowadzący podkreśla, że mamy trzech bohaterów tej opowieści: osoba doznająca krzywdzenia – Adam, bohater zbiorowy – grupa dokuczająca Adamowi i chłopak będący pomiędzy Adamem a grupą prześladowców, czyli ktoś, kto identyfikuje się z grupą, ale ma jakieś wątpliwości, czuje sympatię do Adama. Taką osobę nazwiemy świadkiem przemocy.

Prowadzący proszą uczestników, by wymienili wszystkie sposoby w jakie grupa i poszczególne osoby dokuczały Adamowi. Pytanie:

- *W jaki sposób dokuczano Adamowi?*

Prowadzący powtarzają wypowiedzi uczestników, dodają sposoby, których nie powiedziała grupa. Odpowiedzi można zapisać na tablicy.

Przykładowe odpowiedzi:

- trzymanie go na uboczu,
- nieodzywanie się do niego,
- ignorowanie/udawanie, że go nie widzą,
- naśmiewanie się z niego,
- napisanie obraźliwych komentarzy na jego drzwiach.

#### KONSEKWENCJE PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ (15 MINUT)

**Forma pracy:** praca w grupach, dyskusja na forum.

Prowadzący informują uczestników, że teraz przyjrzą się temu, co dzieje się z Adamem i świadkiem przemocy, co oni mogą myśleć i odczuwać.

Prowadzący dzielą metodą losową uczestników zajęć na cztery grupy (jeśli liczba uczestników jest powyżej 10 osób), każda grupa otrzymuje kartkę flipchartową i marker.

Grupa nr 1 – opisuje myśli Adama związane z doznawaną przemocą.

Grupa nr 2 – opisuje uczucia Adama związane z doznawaną przemocą.

Grupa nr 3 – opisuje myśli świadka związane z sytuacją przemocy wobec Adama.

Grupa nr 4 – opisuje uczucia świadka związane z sytuacją przemocy wobec Adama.

Gdy grupa liczy mniej niż 10 osób, prowadzący dzielą uczestników na dwie grupy.

Grupa nr 1 – na kartce flipchartu podzielonej na dwie części wypisuje myśli Adama (na jednej części) i uczucia Adama (na drugiej).

Grupa nr 2 – w taki sam sposób opisuje myśli i uczucia świadka przemocy.

Po zakończeniu pracy w grupach, zespoły prezentują wypracowane treści pozostałym uczestnikom zajęć. Prowadzący dodają myśli i emocje Adama i świadka, których nie napisali uczestnicy (opisane w tabeli „Przykładowe odczucia Adama i świadka”). W podsumowaniu prowadzący zwraca uwagę na destrukcyjny, przygnębiający charakter myśli i uczuć oraz podobieństwo między myślami i emocjami Adama i świadka. Prowadzący podkreśla również, że takie myśli i emocje nie pozwalają Adamowi przeciwstawić się grupie, podjąć konstruktywnych działań.

Prowadzący otwierają dyskusję, zadają młodzieży pytanie:

■ *Dlaczego świadek nie zareagował/nie przeciwstawił się przemocy wobec Adama, a nawet włączył się w zachowania przemocowe?*

Podsumowując ćwiczenie prowadzący podkreśla takie mechanizmy jak:

- presja grupy,
- lęk przed odrzuceniem przez grupę,
- lęk przed staniem się ofiarą,
- konformizm wobec grupy,
- rozproszona odpowiedzialność.

#### Przykładowe odczucia Adama i świadka

ADAM:

- myśli: jestem beznadziejny; nikt mnie nie lubi; zasłużyłem na to, co mnie spotyka; z mojej sytuacji nie ma wyjścia; mogłem zareagować wcześniej; dlaczego nikt nie reaguje; muszę radzić sobie z tym sam; nikogo nie obchodzi moja sytuacja; wszystko, co robię, nie przynosi efektów;

jak coś zrobię, to będzie tylko gorzej; dlaczego mnie to właśnie spotyka; bardzo chciałbym, aby mnie polubili; nie wiem, co robić;

- uczucia: osamotnienie, czuje się gorszy, czuje się nieakceptowany, niesprawiedliwie traktowany, osaczony, strach, bezradność, złość, żal, wyrzuty sumienia, obwinianie się, kompromitacja, wstyd.

#### ŚWIADEK:

- myśli: nie podoba mi się jak traktują Adama; przesadzają; powinienem coś zrobić; jak zareaguję, to przestaną mnie lubić; nie chcę, żeby mnie traktowali jak Adama; nie rozumiem dlaczego oni (grupa) się tak zachowują; nie rozumiem Adama; to nie moja sprawa; dlaczego ja mam się narażać; Adam sam jest sobie winien; sam powinien się o siebie zatroszczyć; jeśli powiem o tej sytuacji komuś uznają, że donoszę;
- uczucia: złość (na siebie, na tych, co dokuczają, na Adama), rozdarcie, współczucie, strach (boi się o własną pozycję w grupie, o Adama), smutek (dlatego że nikt nie reaguje, żal mu Adama), poczucie winy, wyrzuty sumienia, bezradność.

### KTO JEST ODPOWIEDZIALNY ZA PRZEMOC (8 MINUT)

**Forma pracy:** praca na forum, burza mózgów.

Prowadzący pytają uczestników o sprawców przemocy względem Adama. Pytanie:

- *Jak myślicie, kto jest odpowiedzialny za to, że Adam doświadczał przemocy?*

Na tablicy prowadzący rysuje koła, w każde koło wpisuje jedną z wymienionych przez grupę osób. Należy wymienić wszystkie osoby, które były/mogły być współodpowiedzialne, zarówno w sposób czynny – główny agresor, inne osoby z grupy, które przyłączyły się do dokuczania, jak i bierny – poprzez niereagowanie – osoby, z grupy, które nie reagowały; dorośli: rodzice, nauczyciele, którzy nie zauważyli, co robią ich dzieci lub co się dzieje z Adamem.

### MECHANIZMY PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ (5 MINUT)

**Forma pracy:** miniwykład prowadzących.

#### DYNAMIKA PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ

Prowadzący podsumowują ćwiczenia krótkim wykładem na temat przemocy rówieśniczej:

Wyobraźcie sobie małą kulkę śniegu, która zaczyna się toczyć po pagórku, na którym jest śnieg, staje się coraz większa i większa. Podobnie jest z przemocą rówieśniczą. Zaczyna się od tego, że jedna osoba komuś dokucza, naśmiewa się, może nawet nie chce jej zrobić przykrości, nie zastanawia się nad jej uczuciami, myśli, że to takie niewinne żarty. Z czasem dokuczanie może przybierać na sile. Do osoby, która stosuje przemoc, mogą przyłączyć się inne osoby, aż w końcu mamy sytuację, że to cała grupa dokucza jednej osobie. Przemoc rówieśnicza narasta. Inne osoby mogą dołączać do stosującej przemoc grupy z różnych powodów: bo nie chcą się wyróżniać, bo boją się, że inaczej grupa je odrzuci lub to oni sami staną się ofiarami.

Dużą rolę w podtrzymywaniu przemocy rówieśniczej odgrywają również bierni obserwatorzy – świadkowie, którzy nie reagują i stają się współodpowiedzialni za krzywdzenie. Brak reakcji ze strony otoczenia stanowi zachętę do kontynuowania zachowań przemocowych ze strony sprawców.

#### PRZEMOC RÓWIEŚNICZA A PRAWO

Niekiedy skutki przemocy rówieśniczej mogą być bardzo poważne i przemoc przeradza się w sytuację naruszenia prawa. Przemoc rówieśnicza, która polega na zastraszaniu, biciu, szantażowaniu, uprzejmym nękananiu kogoś, a popełniana jest przez osoby od 13. do 18. roku życia jest karana. Osoba, która ją stosuje może zostać ukarana przez sąd rodzinny lub dla nieletnich.

## KOGO SPOTYKA PRZEMOC RÓWIEŚNIKÓW, SKALA ZJAWISKA

Prowadzący informują, że według badań Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, co czwarta młoda osoba doświadczyła jakieś formy przemocy rówieśniczej.

Powody dokuczania mogą być przeróżne, np. ktoś jest młodszy, biedniejszy, bogatszy, chudszy, grubszy, dobrze się uczy, ma jakąś trudność, ma inne poglądy, w jakiś sposób odróżnia się od grupy. Osoba, która doświadcza przemocy rówieśniczej nigdy nie jest temu winna.

Na przemoc rówieśniczą należy reagować. Istnieje wiele sposobów, w jaki można przeciwstawiać się przemocy rówieśniczej. W kolejnej części zajęć wspólnie zastanowimy się jak skutecznie przeciwstawiać się przemocy.

### Informacje dla prowadzących

#### PRZEMOC RÓWIEŚNICZA A PRAWO

O przemocy rówieśniczej mówimy wtedy, kiedy sprawca i ofiara mają mniej niż 18 lat i są w tej samej grupie wiekowej. Osoby pomiędzy 13. a 17. rokiem życia, które popełniły czyn karalny podlegają odpowiedzialności na podstawie Ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich. Względem takich osób sąd rodzinny i nieletnich może zastosować upomnienie, zobowiązać do naprawienia szkody, przeprosin, uczestnictwa w odpowiednich zajęciach wychowawczych, może ustanowić nadzór kuratora lub zastosować środek poprawczy, czyli umieścić w zakładzie poprawczym.

#### SKALA ZJAWISKA

Wiele młodych osób doświadcza przemocy ze strony rówieśników. W badaniu Fundacji Dzieci Niczyje z 2010 roku co czwarta osoba w wieku 15–18 lat przyznała, że co najmniej raz doświadczyła przemocy fizycznej ze strony rówieśników w ciągu ostatniego roku, a 10% badanych miało takie doświadczenie kilka razy lub wielokrotnie. Psychicznego znęcania się w ciągu ostatniego roku doświadczyło 12% młodych ludzi.

#### REAGUJEMY NA PRZEMOC RÓWIEŚNICZĄ – NASZ FILM (10 MINUT)

**Forma pracy:** burza mózgów.

Prowadzący zapraszają uczestników do wymyślenia swojego filmu, który będzie zawierał pozytywne, pomocne dla Adama rozwiązania jego sytuacji. Przykład:

Chcielibyśmy, żebyście teraz razem wymyślili swój film – drugą część filmu o Adamie. Nasz film będzie pozytywny, będzie miał pozytywne zakończenie, tzw. happy end. Zanim powstanie film najpierw potrzebny jest scenariusz, gdzie opisana jest cała historia i poszczególne sceny. Wymyślmy teraz jakie sceny mógłby zawierać nasz film. Pomyślmy wspólnie:

- Co można zrobić w sytuacji przemocy rówieśniczej?
- Co może zrobić Adam?
- Co może zrobić świadek?
- Co inne osoby mogą zrobić lub powiedzieć osobom, które dokuczają?
- Jak mogą wesprzeć Adama, co mogą dla niego zrobić?
- Komu bohaterowie filmu mogą powiedzieć o tej sytuacji, kogo jeszcze poprosić o pomoc?

## Propozycje rozwiązań

Co może zrobić Adam:

- może poprosić świadka o rozmowę na osobności i powiedzieć mu o swoich odczuciach,
- może poprosić o pomoc i radę swoich innych kolegów, koleżanki, rodzeństwo,
- może poprosić o pomoc zaufaną osobę dorosłą.

Co może zrobić świadek:

- może zwrócić uwagę osobie/osobom, które dokuczają; powiedzieć, że to nie jest zachowanie w porządku, że sprawia ono Adamowi przykrość;
- zawieranie sojuszu: świadek może poszukać innej osoby, innych osób, które myślą podobnie jak on, porozmawiać z nimi, wspólnie mogą zwrócić uwagę osobom, które dokuczają;
- świadek (sam lub razem z Adamem lub innymi osobami) może powiedzieć o tym, co się dzieje zaufanej osobie dorosłej, poprosić ją o pomoc;
- świadek sam (lub z innymi osobami) może porozmawiać z Adamem i go pocieszyć;
- świadek sam (lub z innymi osobami) może zaprosić Adama do wspólnego spędzenia czasu, zrobienia czegoś, co lubią (sport, gra na komputerze).

\* Często zdarza się, że ktoś w grupie proponuje jako rozwiązanie pobicie osoby, która dokucza lub zastraszenie jej. Warto porozmawiać o takim rozwiązaniu, dopytać inne osoby z grupy, czy uważają, że to dobry sposób, pokazać ryzykowność takiego rozwiązania oraz wytłumaczyć, że reagując w ten sposób sami stają się agresorami – sprawcami. Przemoc rodzi przemoc – jest bardzo prawdopodobne, że osoba, która dokucza teraz i stosuje przemoc sama była traktowana w ten sposób. Ważne, żeby zachęcić grupę do poszukania rozwiązań, które nie zawierają przemocy.

## POMOCNY DOROSŁY/POMOCNI DOROŚLI (8 MINUT)

**Forma pracy:** praca na forum, rundka.

Prowadzący mówią młodzieży, że w sytuacji, w której spotykają się z jakąś formą przemocy rówieśniczej, a zwrócenie uwagi przez rówieśników nie jest skuteczne, warto poprosić o pomoc zaufaną dorosłą osobę. Rozwiewają wszystkie wątpliwości młodzieży związane z tym, że jest to donosicielstwo, że to wstyd, podkreślają, że gdy komuś dzieje się krzywda trzeba reagować, a rolą dorosłych jest chronić dzieci i pomagać im. Aby móc zareagować i pomóc dorośli muszą dowiedzieć się, że komuś dzieje się krzywda.

Prowadzący proszą uczestników, by pomyśleli o dorosłych, do których mają zaufanie i którym mogliby powiedzieć o sytuacji, gdyby im lub komuś innemu działa się krzywda. Wymieniają różne osoby: mamę, tatę, pełnoletnie rodzeństwo, innego członka rodziny, nauczycieli/nauczycielki, psychologa, pedagoga szkolnego, asystenta międzykulturowego/asystentkę międzykulturową w szkole\*, różnych pracowników/pracownice ośrodka, osoby prowadzące zajęcia w ośrodkach. Każda osoba po kolei wymienia dorosłego, któremu powiedziała by, gdyby ją lub kogoś spotkała przemoc ze strony rówieśników.

\* Asystenci międzykulturowi to osoby zatrudniane w szkołach, których zadaniem jest wspieranie dzieci uchodźczych w procesie integracji, pomagają dzieciom w nauce, pośredniczą pomiędzy szkołą a rodzicami; osoby te same są migrantami lub uchodźcami, często są osobami, które znają dobrze problemy dzieci i obdarzane są przez dzieci zaufaniem.

## ANTYPRZEMOCOWE KOMIKSY (30 MINUT)

**Forma pracy:** praca w grupach, prezentacja na forum.

Prowadzący zapraszają uczestników do stworzenia komiksów. Przykład:

*Zanim powstanie film, oprócz scenariusza, sceny, które mają być w filmie, rysowane są w formie dużych komiksów. Chcielibyśmy, abyście teraz przygotowali takie komiksy, które będą przedstawiać pomocne rozwiązania reagowania na przemoc rówieśniczą, której doświadczał Adam. Na komiksach napiszcie wielkimi literami tytuł Waszego filmu.*

Prowadzący dzielą uczestników na czteroosobowe grupki. Każda z grup otrzymuje zestaw do zrobienia komiksów, tzn. elementy do wycięcia (załącznik nr 3), duży karton papieru (bryistol lub flipchart), klej, nożyczki, flamastry, kredki. Uczestnicy wymyślają tytuł swojego filmu i wpisują go wielkimi literami na górze kartki, przygotowują scenki za pomocą wyciętych postaci i dymków, w które wpisują wypowiedzi. Mogą także sami dorysowywać różne elementy komiksu.

Następnie każda grupa prezentuje swój komiks, opowiadając o nim na forum. Uczestnicy przywieszają prace w sali, tworząc wystawę komiksów.

## TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY (8 MINUT)

**Forma pracy:** miniwykład prowadzących, ilustracja filmowa.

Prowadzący piszą na tablicy wielkimi literami numer 116 111 TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY oraz rozdają uczestnikom ulotki/naklejki z informacjami o telefonie zaufania. Opowiadają o tym, że w Polsce oraz wielu innych krajach Europy pod tym numerem działa telefon zaufania dla dzieci i młodzieży. Każda młoda osoba może zadzwonić i porozmawiać o każdym problemie, z którym nie wie jak sobie poradzić, np. może chcieć porozmawiać o przyjaźni, problemach w szkole, z kolegami, kolegami, o trudnościach w domu, kiedy czuje złość, smutek i nie wie co zrobić. Czasami o takim problemie ktoś może nie chcieć, wstydzić się powiedzieć komuś, kogo zna. Wtedy może zadzwonić pod numer 116 111.

Prowadzący piszą na tablicy duże literki ABCD i tłumaczą na jakich zasadach działa telefon:

**A – anonimowo** – osoba, która dzwoni nie musi mówić kim jest, wystarczy, że powie jak ma na imię lub poda swoje przezwisko;

**B – bezpłatnie** – połączenia nic nie kosztują, można dzwonić z telefonów komórkowych i stacjonarnych;

**C – chętnie, cierpliwie oraz D – dyskretnie** – osoba, która dzwoni pod numer 116 111 będzie rozmawiać z konsultantami, czyli osobami, które chętnie i cierpliwie go wysłuchają, pomogą znaleźć wspólnie rozwiązanie, a o jego problemie nie będą mówić innym. Prowadzący prezentuje jednogminutowy filmik „Nasi konsultanci” (link do filmu: <http://www.116111.pl/o-116111/zobacz-film-nasi-konsultanci,a-id,38>).

Prowadzący informują, że konsultanci niestety mówią jedynie w języku polskim.

Prowadzący wyjaśniają także do czego nie służy telefon zaufania – nie służy do robienia sobie żartów, w tym czasie, gdy ktoś dzwoni, żeby pożartować inna osoba może porozmawiać o prawdziwym, ważnym dla siebie problemie.

W sytuacji zagrożenia, np. gdy widzimy pożar, gdy ktoś zemdleje, a nie ma blisko osoby dorosłej, która mogłaby pomóc, dzwonimy pod numer 112 – to wspólny numer straży pożarnej, pogotowia i policji.



## Informacja dla prowadzącego

Obecnie pod numerem 116 111 dzieci i młodzież mogą uzyskać pomoc w 26 krajach. Przed zajęciami warto wejść na stronę [www.116111.eu](http://www.116111.eu), gdzie znajdują się aktualne informacje o tym, w jakich krajach działa telefon, by móc poinformować młodzież czy telefon działa w ich kraju pochodzenia lub wybranych krajach europejskich.

Na stronie [www.116111.pl](http://www.116111.pl) znajdują się informacje o aktualnych godzinach pracy telefonu, które warto napisać dzieciom na tablicy.

Oprócz telefonu zaufania 116111, istnieje także strona [www.116111.pl](http://www.116111.pl), gdzie dzieci i młodzież mogą uzyskać pomoc online – kontaktując się z konsultantami poprzez pisemne wiadomości. Przed prowadzeniem zajęć ważne jest, aby prowadzący zobaczyli, jak korzystać ze strony, jak się zalogować, jak przesyłać wiadomość, aby móc to pokazać dzieciom.

Prowadzący informują uczestników, że osoby, które mają lub będą miały dostęp do komputera i internetu, mogą także uzyskać pomoc poprzez stronę [www.116111.pl](http://www.116111.pl).

Tłumaczą, że strona ta działa podobnie jak telefon zaufania, z tą różnicą, że tutaj młodzi ludzie mogą kontaktować się z konsultantami za pomocą pisemnych wiadomości. Można pisać w języku polskim, angielskim, rosyjskim. Na odpowiedź, inaczej niż w telefonie zaufania, czasem trzeba poczekać dzień lub kilka dni. Następnie prowadzący pokazują uczestnikom jak korzystać ze strony [www.116111.pl](http://www.116111.pl). Na podłączonym do rzutnika komputerze przechodzą przez procedurę korzystania ze strony, wchodzą na stronę [www.116111.pl](http://www.116111.pl), klikają w ikonkę Wyślij wiadomość, piszą wiadomość i wysyłają oraz pokazują jak zalogować się jako osoba, która jest na stronie pierwszy raz, podkreślając, że konto też jest anonimowe.

### ZAKOŃCZENIE (10 MINUT)

**Forma pracy:** rundka na forum, podsumowanie prowadzących.

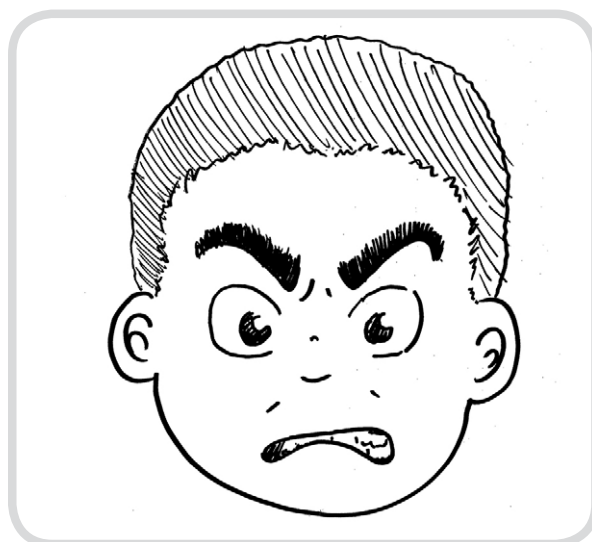
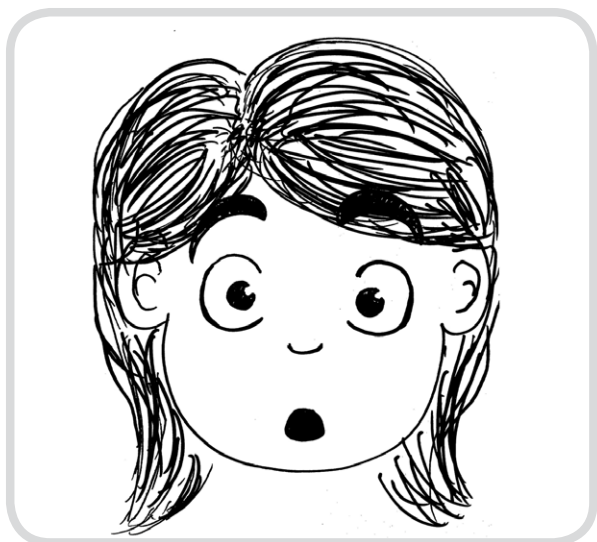
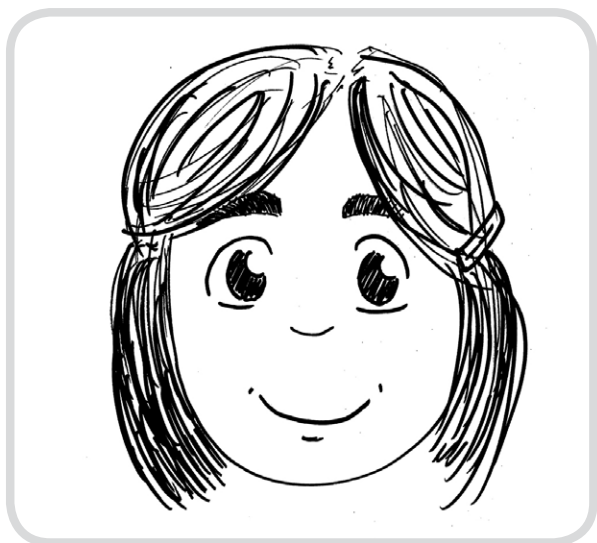
Prowadzący na zakończenie proszą każdą osobę, by powiedziała jedną rzecz, którą zapamiętała z zajęć, coś, co było nowe, ważne, czego się dowiedziała lub co jej się podobało. Prowadzący podsumowują, że każdy ma prawo czuć się bezpiecznie, nikt nie ma prawa stosować wobec innych przemocy. Ważne, aby reagować na przemoc. Szukać pomocy, gdy ktoś stosuje wobec nas przemoc oraz reagować, kiedy jesteśmy jej świadkami i prosić o pomoc osoby dorosłe.

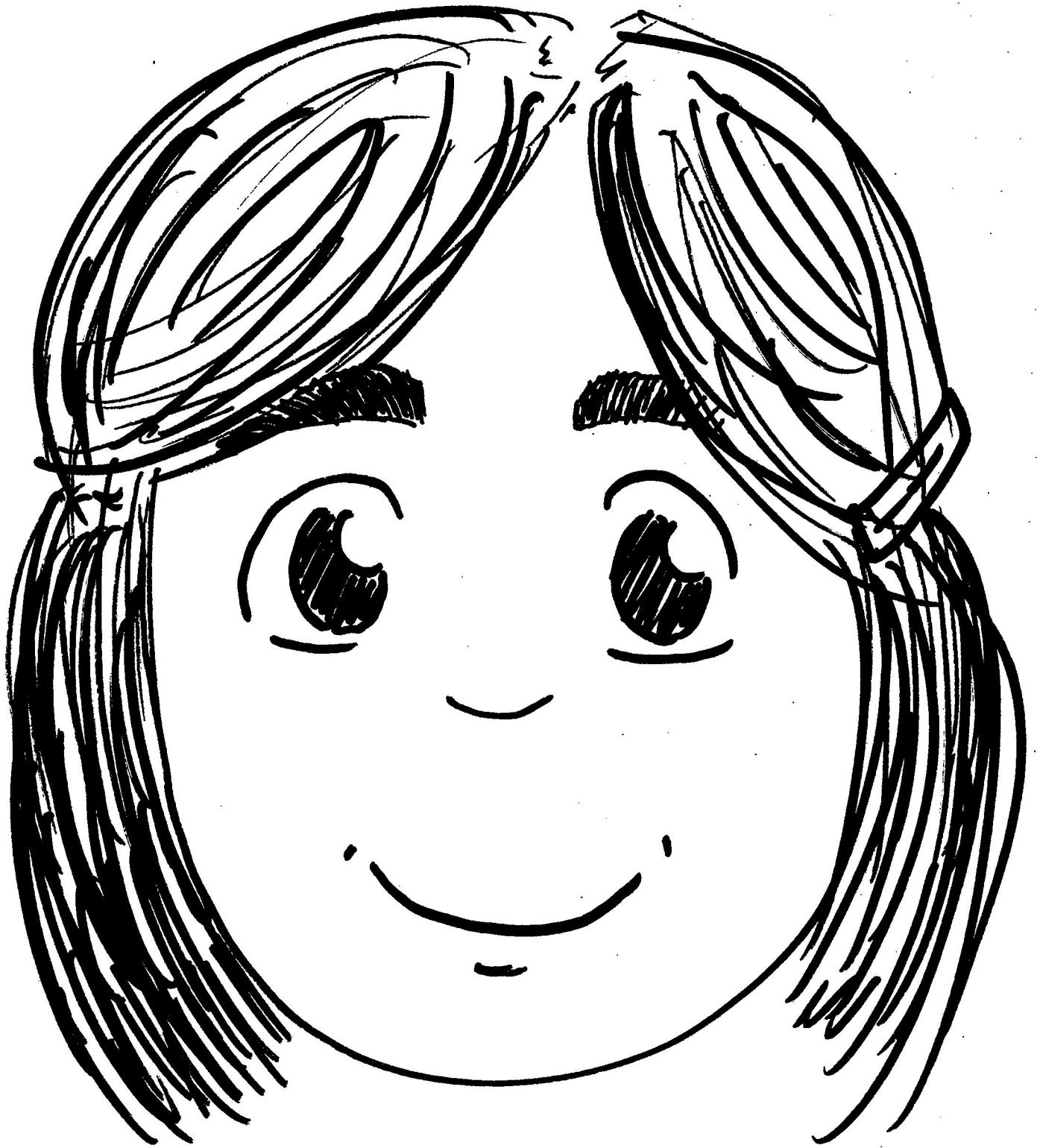
Prowadzący proszą, aby grupa nagrodziła się dużymi brawami i żegnają się z młodzieżą.

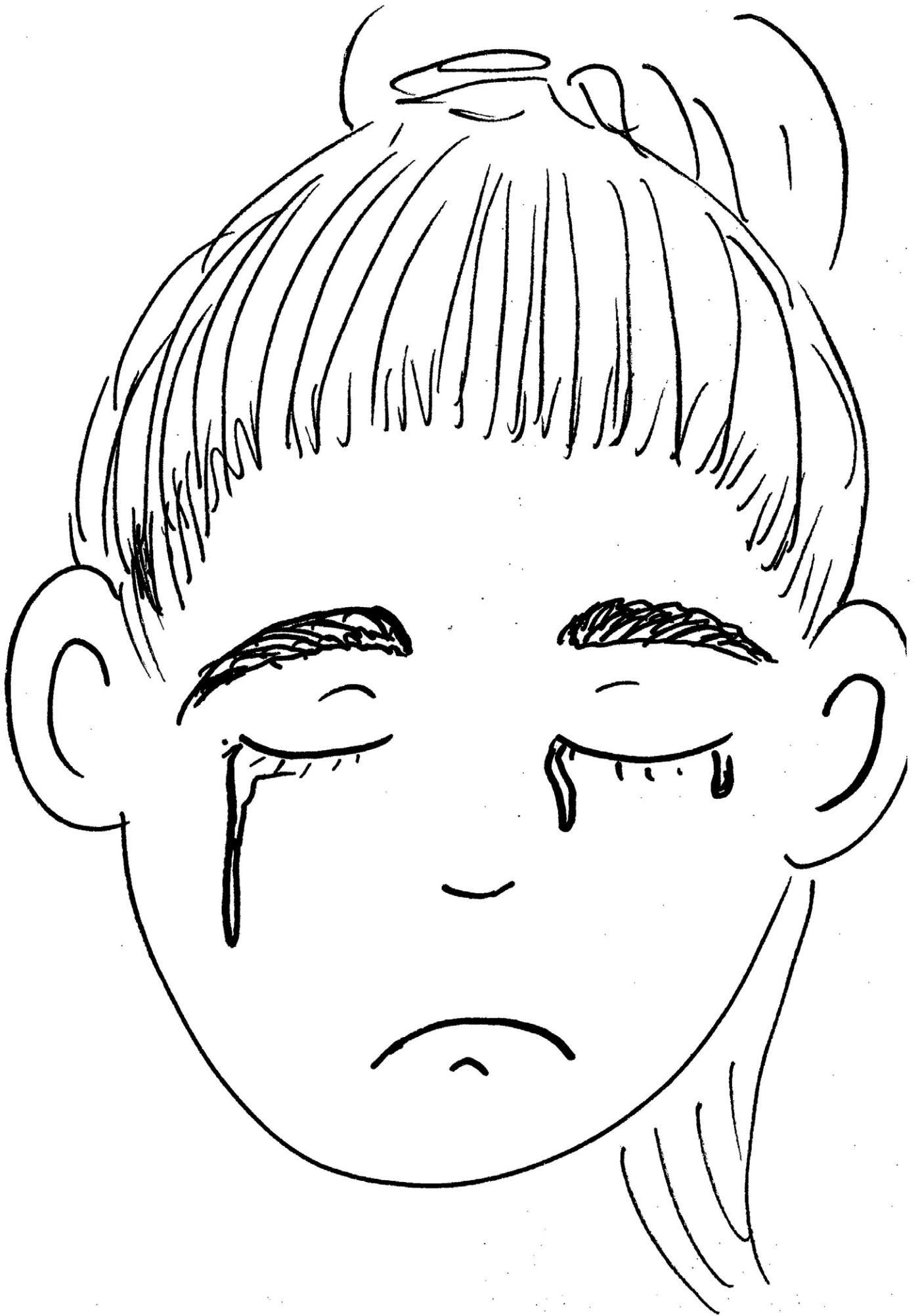
## SŁOWNICZEK

<b>Dzień dobry</b> w różnych językach		
<b>język</b>	<b>pisownia</b>	<b>wymowa</b>
arabski	ابحرم	Marhaba
angielski	Good morning	Gud morning
czeczeński	ДЕ ДИК ХИЙЛ	De dik hijl
francuski	Bonjour	Bonżur
gruziński	გამარჯობა	Gamardzoba
niemiecki	Guten Morgen	Gutenmorgen
rosyjski	ДОБРЫЙ ДЕНЬ	Dobryj deń
tadżycki	субҳ ба хайр	Subh ba khayr
ukraiński	ДОБРЫЙ ДЕНЬ	Dobryj deń
wietnamski	Xin chào	Sin ciao (tonacja w dół)
kraje muzułmańskie – częste powitanie osób religijnych	Salam	Salam

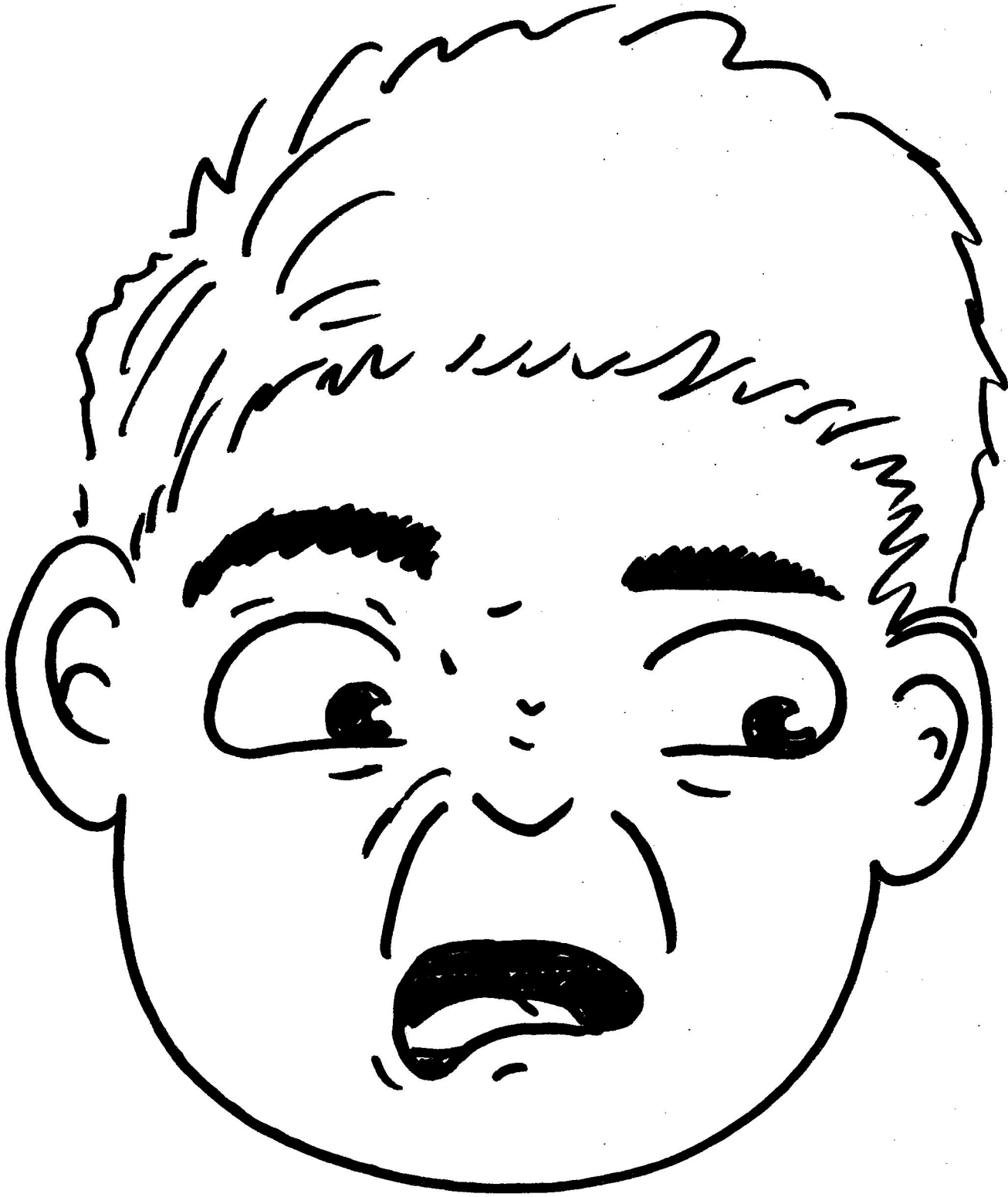
EMOCJE

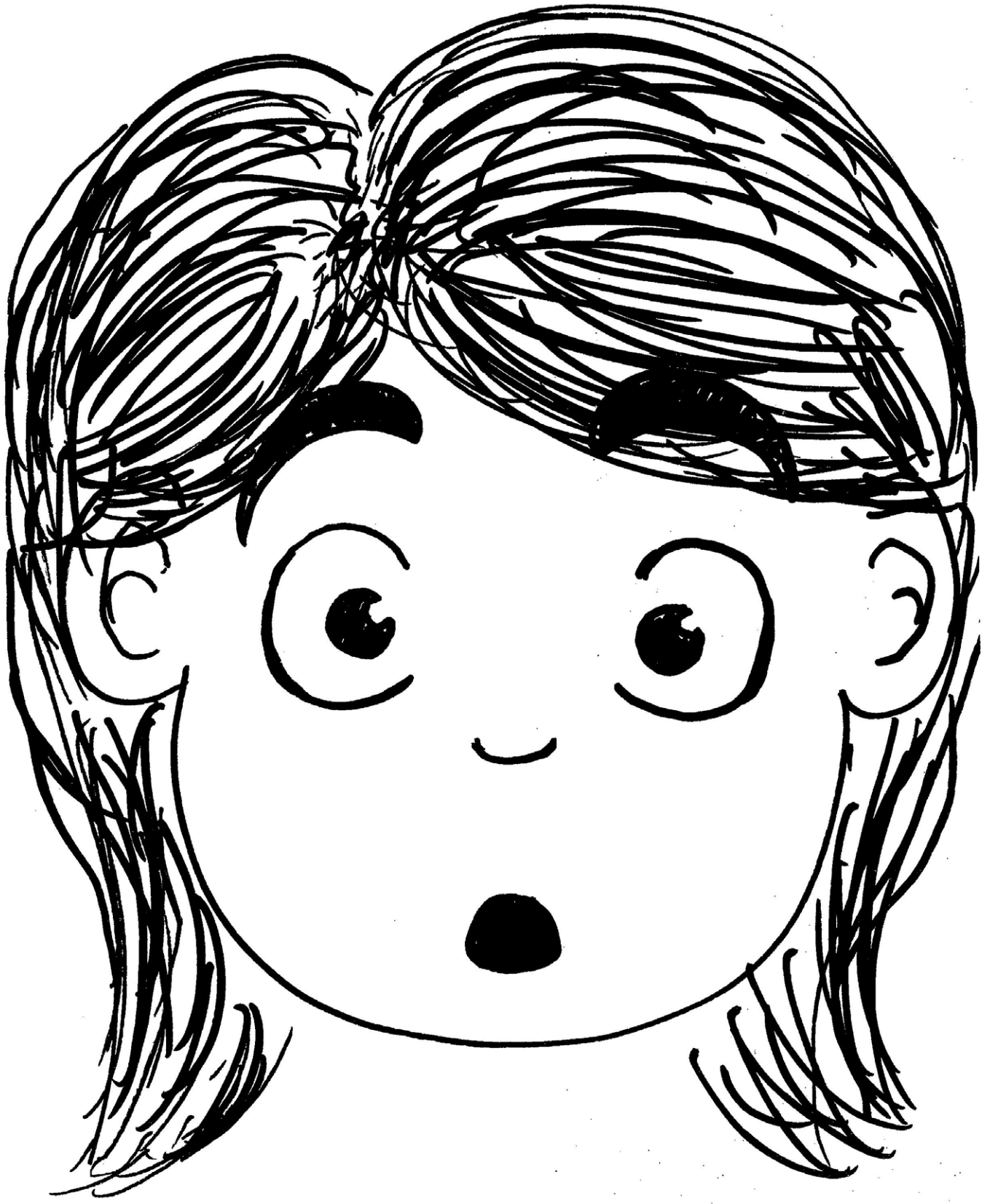




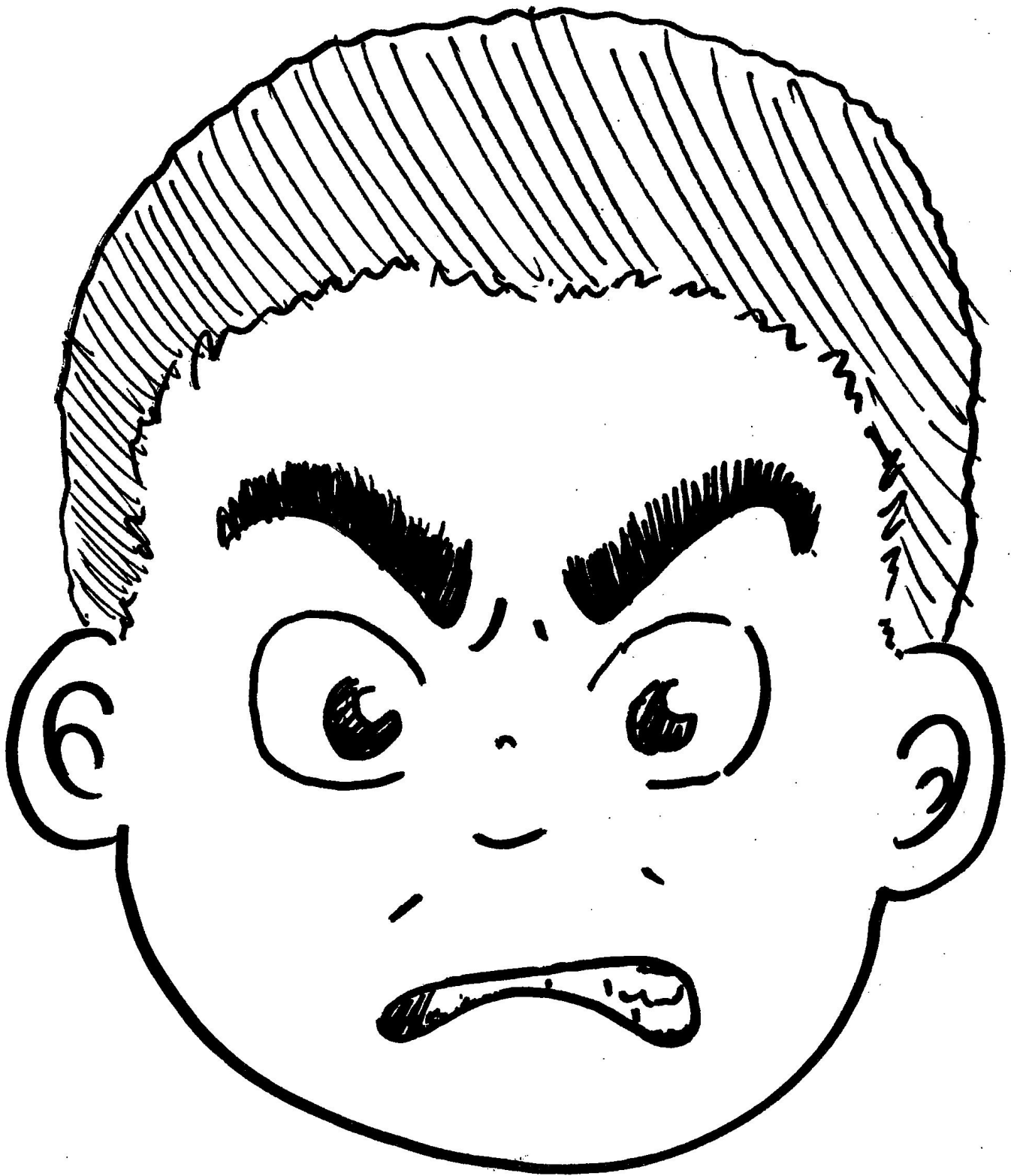






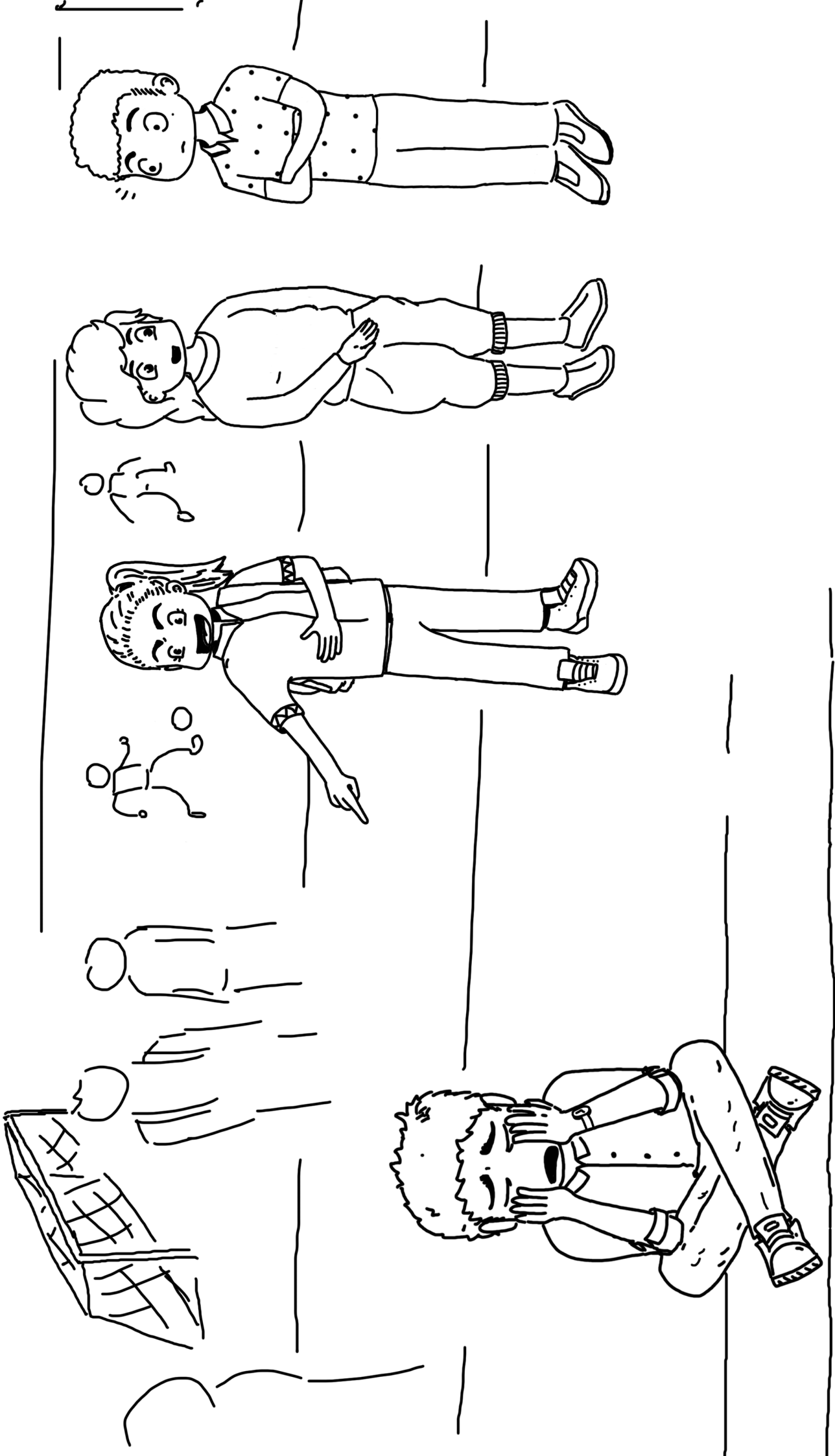


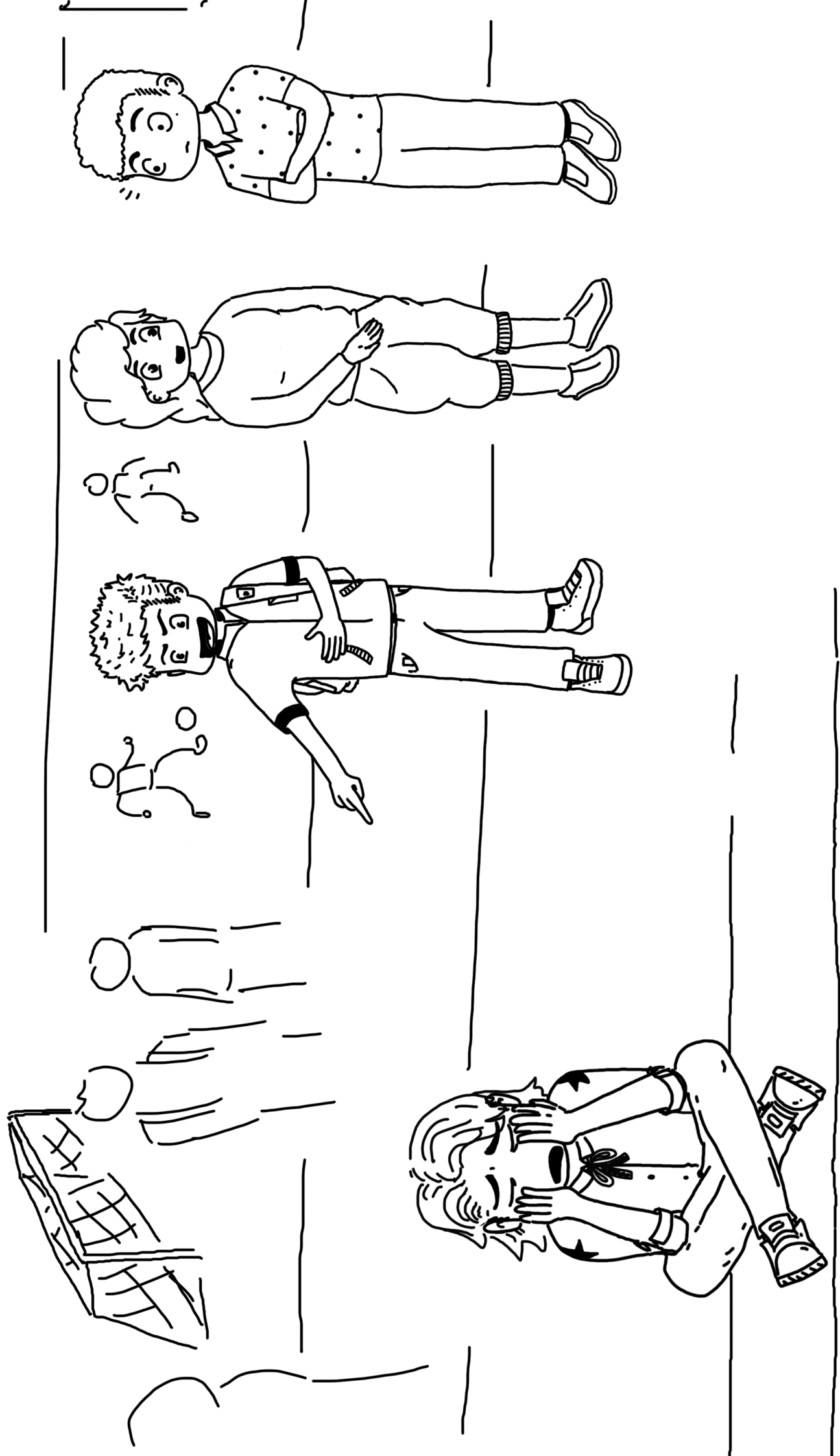


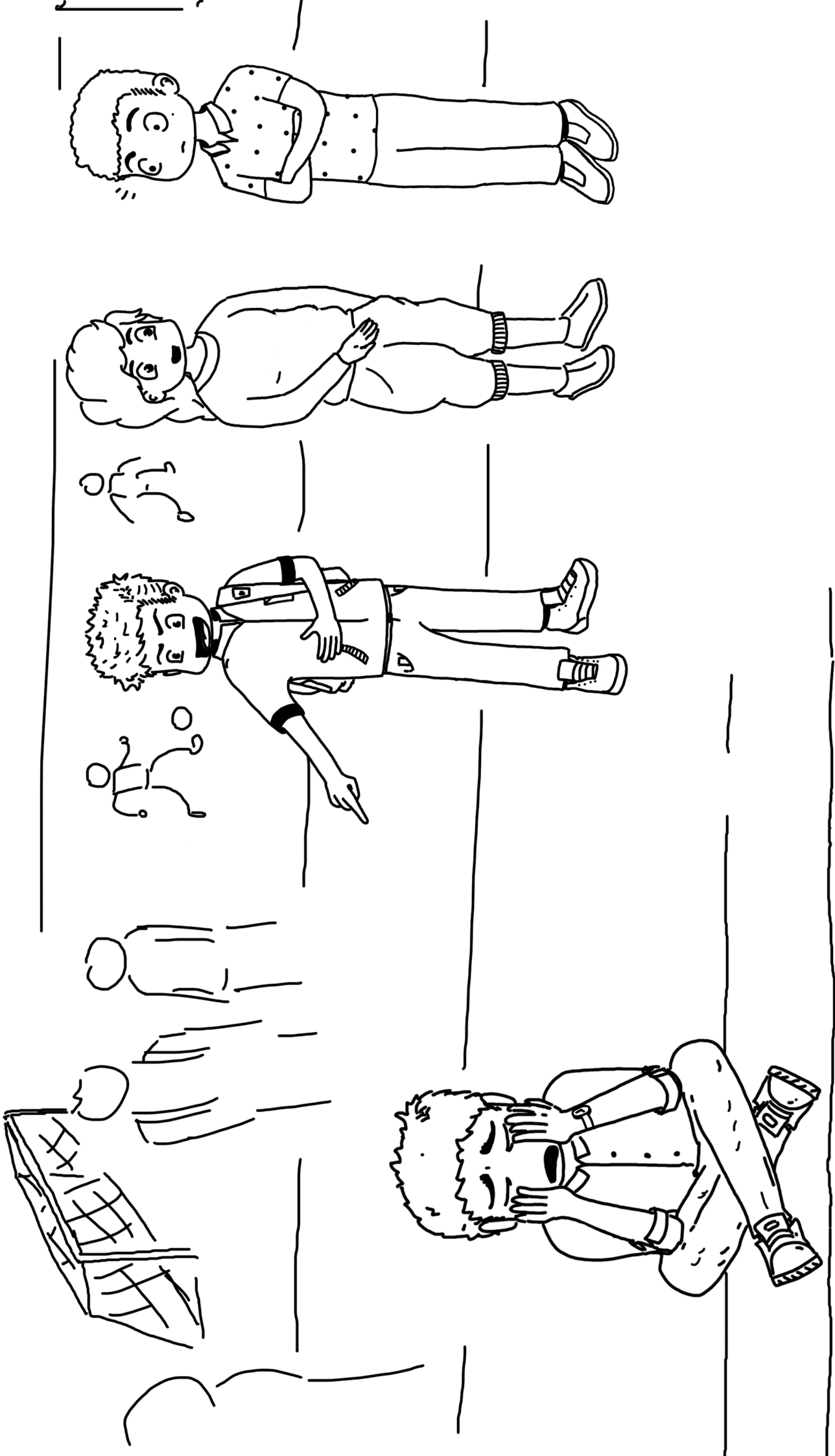


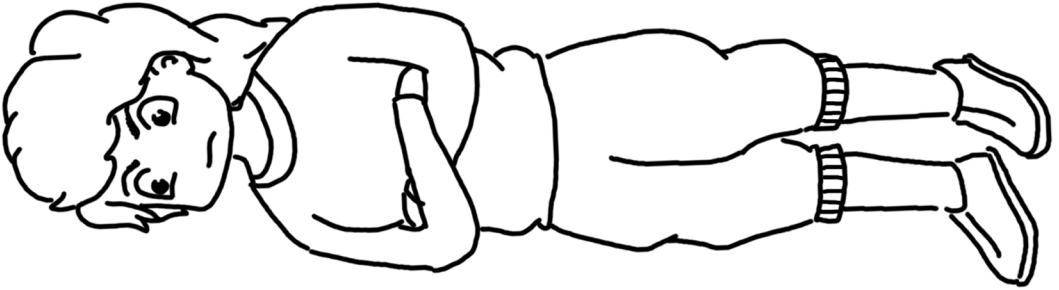
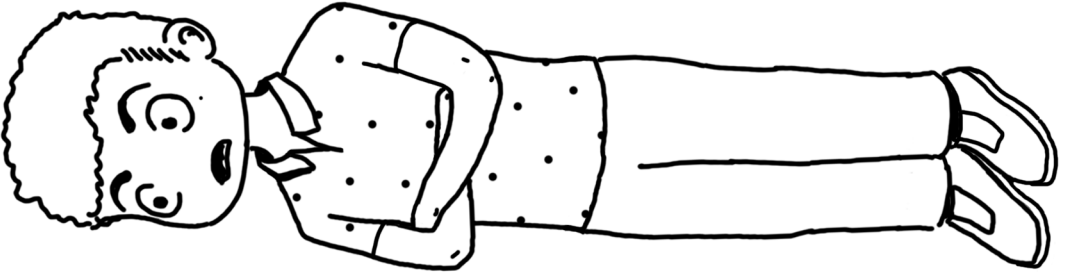
Mama Nauczycielka Brat Tata

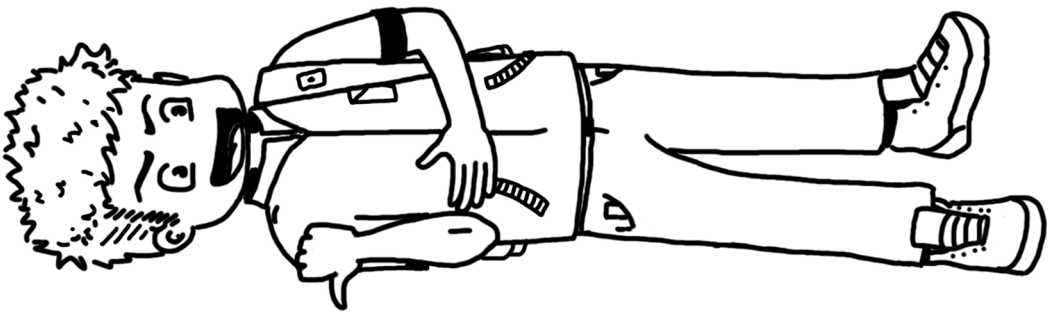
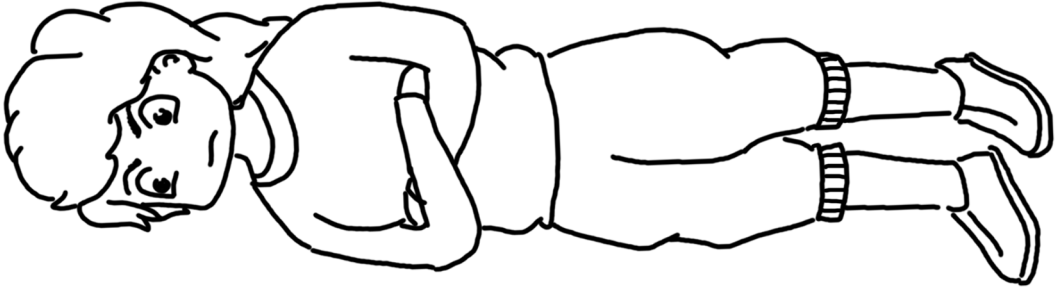
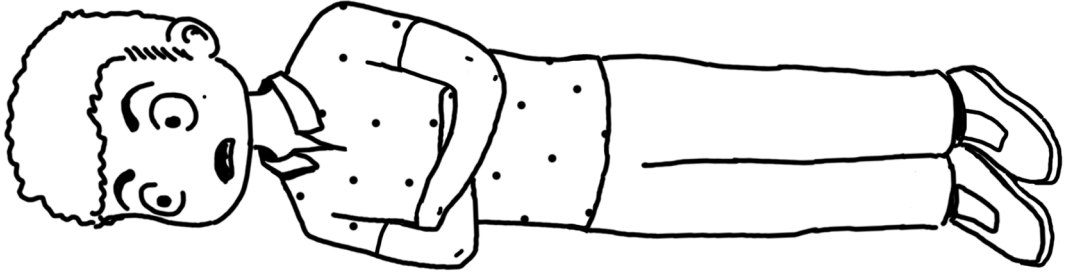
KOMU BYŚ POWIEDZIAŁ/POWIEDZIAŁA?

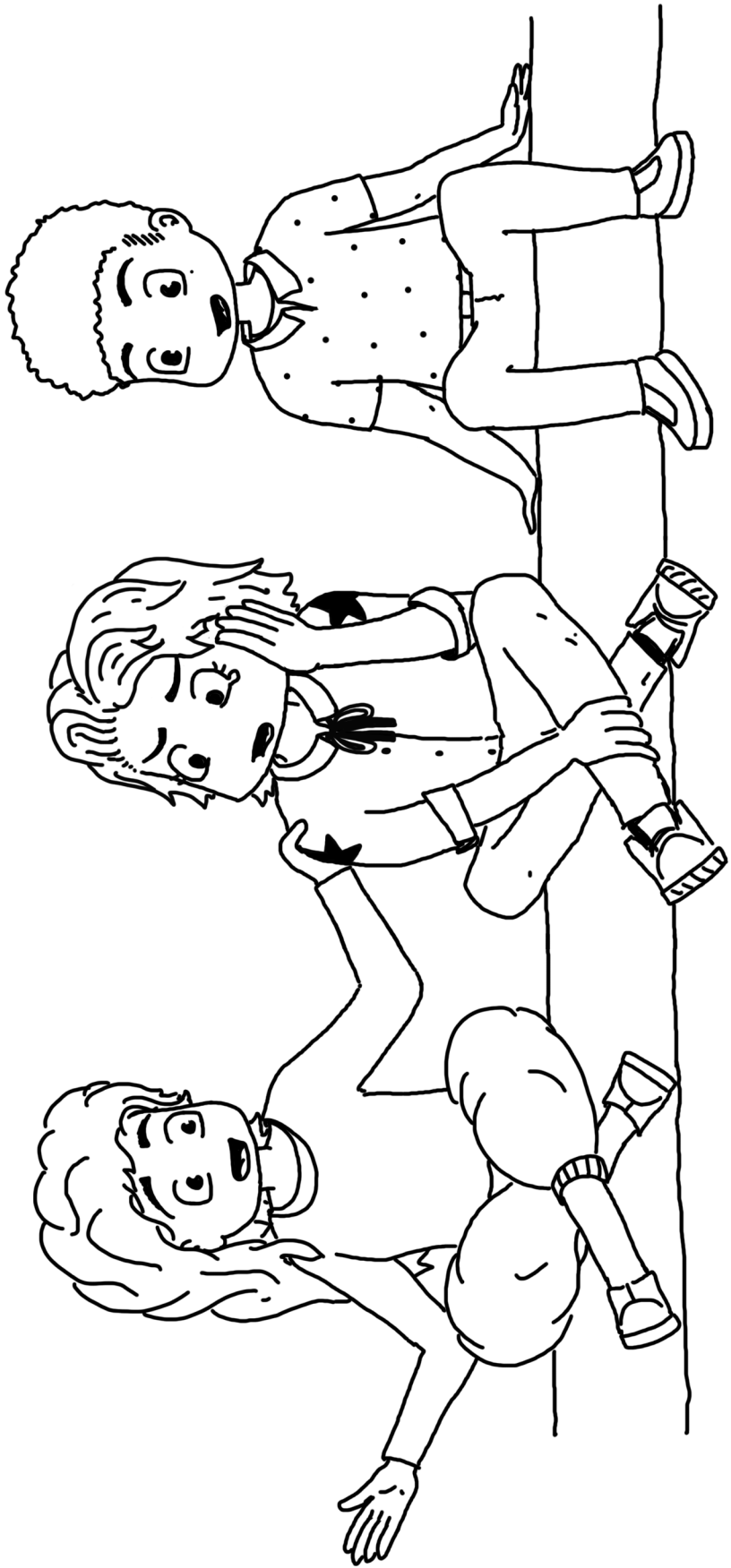








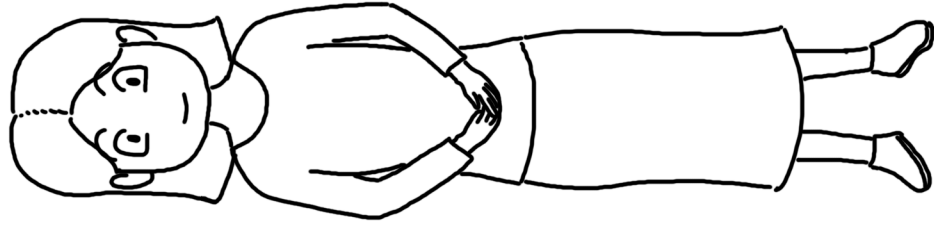




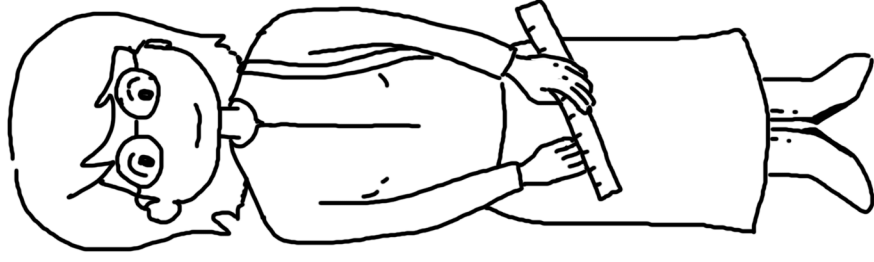




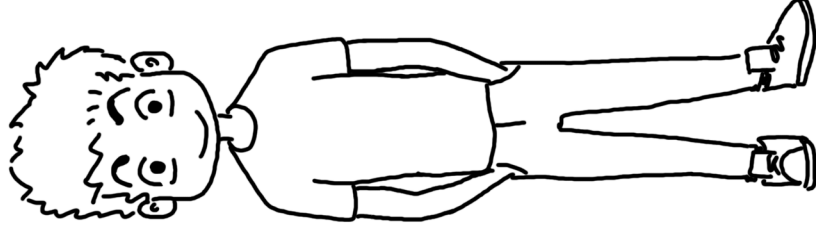
**Mama**



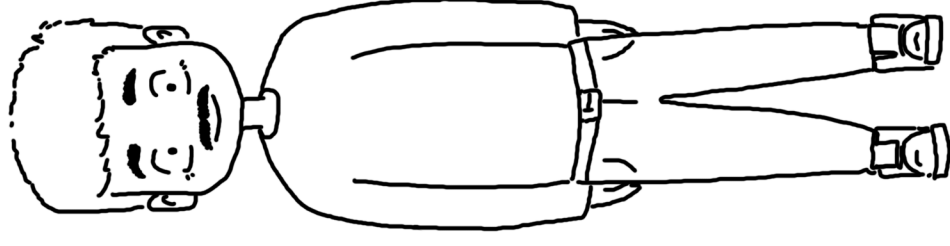
**Nauczycielka**



**Brat**



**Tata**



**KOMU BYŚ POWIEDZIAŁ/POWIEDZIAŁA?**

?

