

TAJNE SKŁADNIKI MOCY – WIEM, GDZIE SZUKAĆ POMOCY



TAJNE SKŁADNIKI MOCY

KLASY: IV–VI

CZAS LEKCJI: 45 minut

MIEJSCE: sala szkolna

CELE OGÓLNE:

- Profilaktyka przemocy i wykorzystania seksualnego:
 - rozwijanie umiejętności związanych z bezpieczeństwem osobistym (bezpieczne granice w relacjach),
 - doskonalenie umiejętności rozpoznawania sytuacji niebezpiecznych,
 - zachęcanie do zgłaszania problemów zaufanym osobom dorosłym.

CELE SZCZEGÓŁOWE – UCZEŃ:

- Potrafi rozpoznać, że prośba osoby dorosłej o dochowanie tajemnicy dotyczącej wzajemnych kontaktów jest niewłaściwa.
- Wie, co stanowi zagrożenie (jest „czerwoną flagą”) w sytuacjach społecznych i budowaniu relacji z drugą osobą.
- Zna różnice pomiędzy tajemnicami bezpiecznymi (dobrymi) a zagrażającymi (złymi).
- Wie, że kiedy zachowanie drugiej osoby jest niewłaściwe lub zagrażające, powinien porozmawiać o tym z zaufaną osobą dorosłą.
- Potrafi wskazać w swoim otoczeniu zaufane osoby dorosłe (a jeśli ma z tym problem, to prowadzący zajęcia wskazuje, czym się kierować w wyborze takiej osoby i pomaga ją znaleźć).
- Zna numery telefonów zaufania dla dzieci i młodzieży i wie, w jakich sytuacjach może z nich korzystać.

METODY PRACY:

Rozmowa, burza mózgów, analiza ilustracji, praca w grupach.

POTRZEBNE MATERIAŁY:

- Komiks „Tajne Składniki Mocy – Wiem, gdzie szukać pomocy” (po jednym na parę lub osobę).
- Wydrukowane z Internetu ilustracje prezentujące wykorzystanie czerwonych flag w następujących miejscach/sytuacjach: tor wyścigowy, plaża, ruch drogowy (oznaczenie elementów wystających poza obrys samochodu). Każda ilustracja wydrukowana w kolorze, w formacie A4 lub A3 – zależnie od możliwości (warto rozważyć zaalaminowanie materiałów).
- Załącznik nr 2 – karta pracy – labirynt.
- Tablica suchościeralna + marker do tablicy suchościeralnej/flipchart.
- Kartony/arkusze szarego papieru.
- Markery.
- Karteczki samoprzylepne.
- Komputer.
- Rzutnik.
- Pendrive z załącznikiem nr 1 – Ilustracja „Komu zaufać?”.
- Opcjonalnie: czerwona flaga, np. wycięta z kartonu.

CZĘŚĆ WSTĘPNA

Przywitanie dzieci biorących udział w zajęciach.

Prezentowanie dzieciom tematu zajęć oraz wprowadzenie do tematu. Nauczyciel mówi dzieciom, jaki jest temat zajęć i proponuje, aby chętni uczniowie spróbowali odgadnąć, czego może dotyczyć określenie „Tajne Składniki Mocy”.

Czerwone flagi – nauczyciel dzieli klasę na trzy grupy. Każda z nich otrzymuje jedną z trzech ilustracji prezentujących sytuację, w której użyta jest czerwona flaga ostrzegawcza. Zadaniem poszczególnych grup jest przemyślenie, a następnie zaprezentowanie pozostałej części klasy, co oznacza czerwona flaga w danej sytuacji. Przykładowe ilustracje: **Plaża** – ostrzeżenie przed niebezpiecznymi warunkami do pływania panującymi na morzu. Czerwona flaga oznacza zakaz kąpieli.

Wyścigi F1 – sygnał do natychmiastowego przerwania wyścigu. Czerwona flaga oznacza zagrożenie na torze (np. wypadek, złe warunki pogodowe). Wszyscy zawodnicy muszą zwolnić i zjechać do pit stopu. **Ruch drogowy** – ostrzeżenie o niebezpiecznych elementach na drodze (np. wystające przeszkody, zwężenie). Czerwona flaga zachęca do zwiększenia ostrożności i zachowania bezpiecznej odległości.

Po zaprezentowaniu się przez każdą z grup nauczyciel rysuje lub przyklepia do tablicy przygotowaną wcześniej dużą czerwoną flagę. Następnie każdy uczeń otrzymuje karteczkę, na której zapisuje sytuację, która była dla niego niebezpieczna i wymagała szczególnej czujności. Uczniowie przyklejają karteczki wokół czerwonej flagi, po czym jedna osoba odczytuje je na głos.

Podsumowanie: to, co łączy wszystkie ilustracje, to czerwone flagi, czyli sygnały ostrzegawcze, które wskazują na niebezpieczne, zagrażające sytuacje. Czerwone flagi mogą pojawić się: na plaży, w czasie wyścigów F1, w ruchu drogowym, ale także w relacjach z drugim człowiekiem – rówieśnikiem lub dorosłym (można tu również podać ciekawe przykłady sytuacji zagrażających podane wcześniej przez uczniów). Czerwone flagi, czyli sygnały ostrzegawcze pojawiające się w relacji z drugim człowiekiem, mogą nam sygnalizować, że dana relacja lub sytuacja nie jest dla nas zdrowa lub bezpieczna. W przeciwieństwie do flag na plaży czy torze wyścigowym, te sygnały nie są widoczne gołym okiem. Dlatego tak ważna jest uważność i wiedza, żeby je dostrzec i odpowiednio na nie reagować.

4. Zapoznanie się z komiksem „Tajne Składniki Mocy – wiem, gdzie szukać pomocy.”

CZĘŚĆ GŁÓWNA

5. Czerwone flagi w relacji – dobre i złe tajemnice.

Nauczyciel, nawiązując do ćwiczenia „Czerwone flagi” oraz komiksu tłumaczy, że tak jak czerwone flagi na torze wyścigowym, plaży czy w ruchu drogowym ostrzegają nas o zagrożeniu, tak samo istnieją czerwone flagi w relacjach międzyludzkich – czyli sygnały ostrzegawcze, które mogą świadczyć o sytuacji zagrażającej. Są jednak trudniejsze do zauważenia, ponieważ nie są widoczne gołym okiem. Następnie nauczyciel mówi: „Jedną z czerwonych flag w relacjach jest proszenie dzieci o utrzymywanie kontaktu (SMS-owego lub osobistego) bez wiedzy rodziców – tak jak pokazano w komiksie. Dlatego, jeżeli dorosła osoba (niezależnie od tego, czy ją znasz, czy nie) mówi ci coś lub robi coś niepokojącego lub zawstydzającego cię, co budzi twoje wątpliwości czy obawy, a do tego wymaga od ciebie, żebyś nikomu o tym nie mówił, musisz wiedzieć, że jest to niedozwolone w kontaktach pomiędzy dzieckiem a dorosłym. Szczególnie niewłaściwe jest proszenie o zachowanie tajemnicy. W takiej sytuacji koniecznie porozmawiaj z mamą, tatą lub inną zaufaną osobą dorosłą. Oczywiście nie dotyczy to robienia urodzinowych niespodzianek czy kupowania prezentów świątecznych najbliższym.

Następnie nauczyciel rozdaje uczniom karteczki i prosi, aby anonimowo dokończyli dwa zdania:

„Tajemnica, której ujawnienie może zaszkodzić (mi, komuś innemu)...”

„Tajemnica, której ujawnienie może pomóc (mi, komuś innemu)...”

Następnie nauczyciel czyta dzieciom zdania z przykładowymi prośbami o dochowanie tajemnicy. Zadaniem dzieci jest wspólne ustalenie, czy daną prośbę o zachowanie tajemnicy powinni spełnić, czy też jest ona niepokojąca i powinni zgłosić się z tym do zaufanej osoby dorosłej. Ważne jest także, aby dzieci uzasadniły, z jakich powodów mogą, bądź nie mogą przystać na zachowanie danej tajemnicy. Dzieci próbują odpowiedzieć samodzielnie, argumentując swój wybór, po czym nauczyciel weryfikuje poprawność odpowiedzi.

Przykładowe zdania:

- Zosiu i Antku, mama ma jutro urodziny i z tej okazji chcę nas wszystkich zabrać jutro wieczorem do restauracji. Bądźcie gotowi na godzinę 17, tylko nie wygadajcie się wcześniej mamie o naszej niespodziance!
- Kasiu, przyjdź proszę dzisiaj po wszystkich lekcjach do mojej sali. Tylko nie mów o tym nikomu.
- Nie masz wyboru. Jeśli opowiesz o tym komukolwiek, pokażę wszystkim zdjęcia, które wczoraj zrobiłam.
- Franku, jesteś dla mnie wyjątkowym uczniem – nigdy dotąd nie uczyłam nikogo tak bystrego jak Ty. Masz! Za pierwsze miejsce we wczorajszym konkursie kupiłam ci wymarzoną grę. Tylko proszę, nie mów nikomu, skąd ją masz. Niech to zostanie między nami. Inni uczniowie mogliby Ci zazdrościć.
- Stefanie, tylko pamiętaj, że nikt nie może dowiedzieć się o tym, co tutaj robiliśmy. Twój piesek mógłby tego nie przeżyć. Chyba wiesz, co mam na myśli i nie chcesz, żeby pieskowi stało się coś złego.

Po tej rozgrzewce nauczyciel czyta na głos anonimowe wypowiedzi uczniów, zapisane wcześniej na karteczkach. Zadaniem uczniów jest wskazanie, czy ujawnienie danej tajemnicy może być pomocne, czy szkodliwe.

6. Węzeł gordyjski – zauważenie niepokojącego zachowania (czerwonej flagi) w relacji z drugą osobą jest bardzo ważne. Ale co dalej? Nauczyciel zaprasza dzieci do zabawy ruchowej o nazwie „Węzeł gordyjski” – zabawa w zespołach od 5 uczestników (minimum) do 10 (maksimum). Stojąc na obwodzie koła, uczestnicy kolejno łączą się chwytem rąk (nie wolno łąpać osoby stojącej obok) – każda ręka może być złapana przez rękę tylko jednej osoby. Zadaniem uczestników jest rozplątać się bez zerwania węzła.

Podsumowanie: zdecydowana większość trudnych sytuacji oraz wyzwań w naszym życiu ma jakieś rozwiązanie, nawet jeśli w danej chwili go nie widzimy i jest nam trudno wyobrazić sobie wyjście z sytuacji, w jakiej się znaleźliśmy. Jeśli nie potrafimy lub nie chcemy sami rozwiązywać jakiejś sytuacji/problemu – warto wtedy poprosić o pomoc zaufaną osobę dorosłą. Tak jak w rozwiązaniu naszego węzła potrzebna była współpraca, tak samo w życiu często potrzeba jest więcej osób, aby rozwiązać daną sytuację.

7. Zaufany dorosły – nauczyciel wyświetla na rzutniku ilustracje prezentujące dwie osoby (**Załącznik nr 1**). Pyta uczniów, która z osób wzbudza w nich większe zaufanie i dlaczego (odpowiedzi uczniów może wypisać na tablicy). Jakie może mieć cechy (na jaką osobę wygląda)? Następnie zadaje pytania podważające możliwość ufania tej osobie.

Przykładowo: A co, gdybyśmy zobaczyli, że ta osoba np. kradnie coś/uderzyła swojego psa/podgląda dzieci na placu zabaw zza drzewa? Czy nadal wzbudzałaby nasze zaufanie? Nauczyciel kieruje rozmowę tak, aby podkreślić, że to, czy możemy komuś zaufać, warto oceniać nie po wyglądzie, a po cechach i zachowaniach danej osoby, którą mieliśmy okazję dobrze poznać. Warto w tym miejscu wyjaśnić, co oznacza „dłuższy czas znajomości”. Osoba, którą znamy zaledwie od tygodnia, może tylko sprawiać dobre wrażenie. Ważne jest, abyśmy ufali osobom, które znamy naprawdę dobrze i które mogliśmy poznać w różnych sytuacjach (nie tylko podczas wymiany SMS-ów czy rozmów przez Internet – w kontaktach online łatwiej jest stworzyć pozory).

8. **Mój zaufany dorosły** – kim jest i jakie ma cechy? Nauczyciel dzieli uczniów na grupy. Każda z nich ma za zadanie narysować na papierze postać zaufanej osoby i wokół niej wypisać cechy, jakie według uczniów powinna posiadać taka osoba (np. jest zarówno dobrym rozmówcą, jak i słuchaczem, jest empatyczna i życzliwa, potrafi okazać zrozumienie, nie ocenia, jest cierpliwa, panuje nad emocjami nawet w trudnych sytuacjach). Po zaprezentowaniu prac przez przedstawicieli grup i podsumowaniu najważniejszych cech osoby, której można zaufać, nauczyciel zachęca dzieci do tego, aby zastanowiły się, czy mają w swoim otoczeniu taką osobę. Informuje, że jeśli nie znamy takiej osoby lub w sytuacji, w której będziemy potrzebować wsparcia, a nasz zaufany dorosły będzie niedostępny, zawsze możemy skorzystać z **Dziecięcego Telefonu Zaufania Rzecznika Praw Dziecka: 800 12 12 12** (warto zaproponować dzieciom zapisanie numeru w zeszytach lub rozdać im karteczki z tym numerem do wklejenia do zeszytów). Przy okazji warto byłoby poszerzyć krąg osób, które mogą być dla dziecka osobami zaufanymi (szczególnie jeśli wiemy, że nie mają wsparcia w rodzicach) – np. o szkolnego psychologa, pedagoga, bibliotekarkę, woźną itp.

Lub: jeżeli wystarczy czasu, nauczyciel może zaproponować dzieciom rozwiązanie quizu-labiryntu, którego rozwiązaniem będzie ten właśnie numer (Opcjonalnie: może to być także element utrwalający, rozpoczynający kolejną lekcję).

9. **Ważne numery** – w celu utrwalenia istotnych numerów alarmowych, nauczyciel przekazuje uczniom do rozwiązania kartę pracy z labiryntem (**załącznik nr 2**).

CZĘŚĆ KOŃCOWA

10. **Wyciszenie** – nauczyciel prosi, aby uczniowie usiedli w wygodnych dla siebie pozycjach, a następnie zaprasza dzieci do wykonania ćwiczenia: Rozejrzyj się wokół i nazwij w myślach pięć rzeczy, które widzisz. Teraz skieruj uwagę na swoje ciało, swoją pozycję, temperaturę swojego ciała i na zewnątrz niego – spróbuj poczuć i nazwij w myślach cztery rzeczy, które czujesz. Wytyż słuch, wsłuchaj się w dźwięki wokół ciebie i nazwij w myślach trzy rzeczy, które słyszysz. Skoncentruj się na zapachu, spróbuj wyczuć dwa zapachy i wymienić je w myślach. Zastanów się nad smakiem, opisz w myślach jeden smak, który czujesz. Na zakończenie weź głęboki wdech nosem, a następnie wypuść powietrze ustami. Powtórz to jeszcze dwa razy.
11. **Podziękowanie dzieciom i pożegnanie.**