MÓJ TAJNY SKŁADNIK 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 (można zalaminować).
- 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

1. **Przywitanie dzieci biorących udział w zajęciach.**
2. **Przedstawienie 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".
3. **Czerwone flagi** – nauczyciel dzieli klasę na trzy grupy. Każda z nich otrzymuje jedną z trzech ilustracji prezentujących sytuacje, w których użyta jest czerwona flaga ostrzegawcza. Zadaniem poszczególnych grup jest przemyślenie, a następnie zaprezentowanie pozostałej części klasy, co oznacza czerwona flaga w określonej sytuacji? Np. ***plaża*** – ostrzeżenie o niebezpiecznych i nieodpowiednich warunkach do pływania panujących na morzu oraz związany z tym zakaz kąpieli. ***Wyścigi F1*** – sygnał do natychmiastowego zatrzymania wyścigu, kwalifikacji bądź treningu, po którym wszyscy zawodnicy muszą natychmiastowo zwolnić i wjechać do pit stopu. Używana na przykład, kiedy warunki są na tyle złe, że dalsze ściganie jest niebezpieczne, a także w sytuacji, kiedy samochód po wypadku leży w niebezpiecznej pozycji. ***Ruch drogowy*** – ostrzeżenie o wystających elementach, mogących stanowić zagrożenie dla nieuważnego kierowcy. Zachęcenie do uważności, jazdy w odpowiedniej odległości oraz zachowania szczególnej ostrożności.

Po zaprezentowaniu się przez każdą z grup nauczyciel rysuje lub przyczepia do tablicy przygotowaną wcześniej dużą czerwoną flagę. Uczestnikom zajęć rozdaje karteczki, na których każdy uczeń zapisuje sytuację, która nie była bezpieczna dla niego i wymagała czujności. Uczniowie przyklejają karteczki wokół flagi, po czym jedna wybrana osoba odczytuje je wszystkim na głos.

Podsumowanie: to, co łączy te ilustracje, to czerwone flagi, czyli sytuacje niebezpieczne, zagrażające. Mogą się zdarzyć 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 to, że dana relacja lub sytuacja nie jest dla nas zdrowa lub bezpieczna. Niestety flagi te nie są widoczne gołym okiem, tak jak na przykład ta na plaży. Dlatego potrzebna jest duża uważność i wiedza, żeby je dostrzegać 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 mówi, że tak jak czerwone flagi na torze wyścigowym, plaży, czy w ruchu drogowym ostrzegają nas o zagrożeniu, mamy również tak zwane czerwone flagi (czyli sygnały ostrzegawcze w relacjach z drugim człowiekiem), które również mogą świadczyć o sytuacji zagrażającej. Są jednak trudniejsze do zidentyfikowania, ponieważ nie są widoczne gołym okiem. Następnie przekazuje uczniom, że „Jedną z czerwonych flag w relacjach jest proszenie dzieci o utrzymywanie kontaktu (SMS-owego lub osobistego) bez wiedzy rodziców – tak jak w komiksie. Dlatego też, jeżeli dorosła osoba (wszystko jedno, czy ją znałeś wcześniej, czy nie) mówi ci coś lub robi coś, Twoim zdaniem niepokojącego lub zawstydzającego cię, co budzi Twoje wątpliwości czy obawy, a także wymaga od ciebie, żebyś o tym nikomu nie mówił, to musisz wiedzieć, że jest to niedozwolone w kontaktach pomiędzy dzieckiem a dorosłym. Szczególnie niewłaściwe jest proszenie czy żądanie zachowania tajemnicy. Koniecznie powinieneś powiedzieć o tym mamie, tacie lub innej osobie dorosłej, której ufasz. Nie dotyczy to oczywiście robienia urodzinowych niespodzianek, kupowania prezentów świątecznych najbliższym itp."

Następnie nauczyciel rozdaje dzieciom karteczki i prosi o zapisanie na nich anonimowo dokończenia zdań:

„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 dochowanie 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 Twoją wymarzoną grę, o której mi wspomniałeś. 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 tajemnice wypisane wcześniej przez dzieci na karteczkach, a 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 łapać 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 naszego życia 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 stara się pokierować rozmową w taki sposób, aby podkreślić, że to, czy możemy komuś zaufać, warto oceniać nie po wyglądzie, a po cechach danej osoby, którą zdążyliśmy już dobrze poznać. Warto tutaj podkreślić także, jak rozumieć dłuższy czas znajomości. Osoba, którą znamy np. tydzień, może tylko „sprawiać dobre wrażenie". Ważne jest, abyśmy ufali osobom, które znamy naprawdę dobrze i które mogliśmy poznać w różnych sytuacjach (a nie tylko np. pisząc SMS-y, czy przez Internet – w takich sytuacjach łatwiej sprawiać dobre wrażenie).

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 i wokół niej wypisać cechy, jakie powinna posiadać zaufana osoba dorosła (np. jest zarówno dobrym rozmówcą, jak i słuchaczem, empatyczny, życzliwy, potrafi okazać zrozumienie, nie ocenia, jest cierpliwy, panuje nad emocjami nawet w trudnych sytuacjach itp.). 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. Po czym 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 przygotować i 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, 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 wydaje instrukcję, 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 spróbuj poczuć swoje ciało, swoją pozycję, temperaturę swojego ciała i na zewnątrz niego – spróbuj poczuć i nazwij w myślach cztery rzeczy, które czujesz. Teraz wytęż słuch, wsłuchaj się w dźwięki wokół ciebie i nazwij w myślach trzy rzeczy, które słyszysz. Jeśli już to zrobiłeś/aś, spróbuj wyczuć dwa zapachy i wymienić je w myślach. Na koniec opisz w myślach jeden smak, który czujesz. Następnie weź głęboki wdech nosem, a potem wypuść powietrze ustami. Powtórz to jeszcze dwa razy.

11. **Podziękowanie dzieciom i pożegnanie.**
