

## **Wychowanie przeciw przemocy ( wybór ćwiczeń)**

### **1. O czym będą zajęcia ?**

Wyjaśniamy dzieciom, o czym będą zajęcia. Mówimy na przykład:

*-Nasze zajęcia będą o czymś, co czasem może spotkać dzieci w szkole, co może być dla nich nieprzyjemne, a nie zawsze się o tym mówi.*

*Chcemy zaprosić was na taki kurs (czy ktoś był na jakimś kursie?), po którym będziecie wybitnymi specjalistami. Wiecie kto to taki ? Będziecie mogli potem uczyć swoich kolegów tego wszystkiego, czego się nauczycie tutaj. A będą tu same ciekawe rzeczy...*

### **2. Znęcanie się**

Prowadzący przyczepia do tablicy kolejne rysunki (rysunki nr1,2,3,4,5,6,7,8, wykonane przez B. Kuzia-Banasiak). Każdy z rysunków omawia oddzielnie. Prosi dzieci aby przyjrzały im się dokładnie i opowiedziały, co na nich widzą:

*-Mam dla was niespodziankę, rysunki. Zobaczymy, co przydarzyło się tym dzieciom? Jakie dzieci mają miny? Jak się czują, czy jest im przyjemnie, czy nie? A czy wam w waszej klasie lub szkole zdarzyły się podobne sytuacje? Jak się wtedy czuliście?*

Omawiamy z klasą dokładnie każdy rysunek-dzieci mogą podejść do tablicy, obejrzyć rysunki. Ważne jest, aby dzieci zobaczyły, że nie wszystkie sytuacje są przyjemne. Niektóre powodują w nich smutek, strach, złość. Wyjaśniamy dzieciom:

*-Zdarza się czasem, że ktoś od nas silniejszy, sprytniejszy, może to być kolega ze starszej klasy lub grupa, stale nam dokuczają, biją, popychają zabierają pieniądze, niszczą rzeczy, zamykają w łazience czy w szatni, straszą lub przezywają - to wszystko nazywamy ZNĘCANIEM SIĘ.*

Rozmawiamy z dziećmi, próbujemy się zorientować, czy znają takie słowo i rozpoznają sytuację. Pytamy o przykłady lub podajemy swoje(np. znęcanie się nad zwierzętami),co czują w takich sytuacjach, czy mogą być one przyjemne. Warto podkreślić, że zjawisko znęcania się to coś złego, krzywdzącego innych. Nawet prawo zabrania ludziom stosowania przemocy.

### **3.Prawa dziecka**

Prowadzący pyta uczniów:

*-Jak się czuje dziecko, zwierzątko, gdy ktoś się nad nim znęca? Czy można w ten sposób traktować drugą osobę? Czy za znęcanie się może nas spotkać jakaś kara? Czy słyszałyście o tym, że dzieci mają różne prawa? Co to jest prawo?*

*Dzieci są bardzo ważne, dlatego spisano ich prawa w wielkiej księdze, którą przygotowała dla nich specjalna organizacja. Ona dba o wszystkie dzieci na świecie-nazywa się w skrócie ONZ. Było to bardzo niedawno i nie wszyscy jeszcze o tym wiedzą. Czasami nawet dorośli nie znają tych praw. Czy dzieci chciałyby je poznać?*

\* Prawa dziecka

-Deklaracja Genewska,1924

-Konwencja o Prawach Dziecka, ONZ 1989

-W Polsce Konwencja obowiązuje od 1991

\* Pomoc: „Moje prawa” -E. Czyż (Biblioteka Komitetu Ochrony Praw Dziecka),Warszawa 94

Mówimy dzieciom o kilku prawach, które mają, możemy skorzystać z wierszyków opracowanych przez Pentliczek. Wyjaśniamy prawo do życia bez przemocy i co ono oznacza. Jeszcze raz możemy przypomnieć jakie mogą być formy przemocy.

Uczymy dzieci wierszyka:

**Nikt nie może mnie poniżać, krzywdzić, bić, wyzywać,**

## **I każdego mogę na ratunek wzywać.**

Dla lepszego zapamiętania dodajemy jakiś ruch: marsz, tupanie, gestykulacje obrazującą treść wiersza. Wiersz zapisany na dużym arkuszu papieru uroczycie wieszamy w klasie. Warto do niego powracać na różnych lekcjach.

### **4.Czego dzieci nie lubią?**

Prowadzący pyta dzieci, jakiego traktowania ze strony kolegów są dla nich nieprzyjemne, bolesne i przykre... Prowadzący zapisuje propozycje dzieci na tablicy, następnie prosi, aby chętne osoby podchodziły i skreślały szczególnie niemiłe dla nich formy traktowania kolorową kredą.

### **5.Złość**

Prowadzący mówi do dzieci:

*-Uwaga mam dla was zagadkę; co to jest złość?*

*Kto może powiedzieć?*

Pomagamy dzieciom pytaniami, przykładami.

*-Jak wygląda człowiek kiedy się złości, co on może robić? Czy komuś zdarzyło się zezłościć? Jak się wtedy zachowywał? Na co, na kogo zdarza się dziecko złościć? Czy dorośli też przeżywają złość?*

Możemy opowiedzieć o swojej złości, jeśli mamy na to ochotę lub zaproponować zabawę. Zabawa w miny: jak wygląda człowiek, kiedy się złości-pokazujemy, zapraszamy do zabawy dzieci chętne do naśladowania złościków.

*-Wszyscy ludzie mali i duzi przeżywają złość, ona czasem krąży wśród ludzi i każdy ma do niej prawo.*

Prosimy dzieci, aby posłuchały uważnie pewnej historii;

*Królik obudził się i bardzo bolała go szyja, zupełnie się nie wyspał.-Ach, to wszystko przez ciebie-burknął zły na poduszkę i wyrzucił ją przez okno.*

*Poduszka spadła na drzewko, które rośnie koło domu i przygniotła mu gałązkę. Gałązka zezłościła się i uderzyła przechodzącego misia, który niósł słoik miodu na śniadanko. Słoik zbił się a miód popłynął w dół ścieżki. Miś ze złości kopnął mrowisko. Rozzłoszczone utratą swojego domu mrówki zaczęły gryźć nogę odpoczywającego nieopodal osiołka. Osiołek właśnie w tej chwili śnił o łące pełnej soczystej zielonej trawy, teraz wpadł w złość wierzgnął nogami i potracił ciężki kamień. Kamień poturlał się i zniszczył nowy domek prosiaczka.*

*Prosiaczek bardzo się zmartwił:*

*-Osiołku napraw mój dom!*

*-To nie moja wina, to przez te mrówki!*

*-Mrówki naprawcie mój domek.*

*-Nie zrobimy tego, niech miś naprawi, to jego wina.*

*-Misiu napraw mój domek.*

*-Prosiaczku to drzewo jest wszystkiemu winne.*

*-Drzewo musisz naprawić mój dom.*

*-Ani mi się śni. Idź do królika, on jest wszystkiemu winien.*

*-Króliku napraw dom, przez ciebie nie mam gdzie mieszkać.*

*-To nie moja wina, to poduszka jest wszystkiemu winna.*

*-Prosiaczek szukał poduszki, ale nikt nie wiedział gdzie ona jest. Zasepił się co tu robić?*

Historia będzie żywsza i atrakcyjniejsza, jeśli wykorzystamy do jej opowiadania kukielki lub zabawki. Rozmawiamy z dziećmi o tym, co wydarzyło się w tej historii:

*-Co przytrafiło się prosiaczkowi, jaki miał kłopot, czemu był smutny? Czemu wszyscy się nawzajem obwiniali? Czy czasem zdarza się dzieciom, że obwiniają innych za to co zrobili? Czemu królik wyrzucił poduszkę, jak się czuł po przebudzeniu? Czy królik mógłby być zły?*

*-Czasem jest tak, że kiedy nas bardzo rozzłości i czujemy wściekłość, możemy zrobić komuś krzywdę nawet obrazić go, chociaż on wcale nie zawinił.*

*-Czasem jest tak, że kiedy coś nas bardzo rozzłości i czujemy wściekłość, możemy zrobić komuś krzywdę a nawet obrazić go, chociaż on wcale nie zawinił. Królik wyrzucił poduszkę, ponieważ był zły .A czy mógł zrobić coś innego? Kto ma jakiś pomysł? -pytamy dzieci .*

*-Co możemy zrobić, kiedy czasem rozpiera nas złość, czujemy się jak bomba, która zaraz wybuchnie, a nie chcemy skrzywdzić innej osoby?*

Zapraszamy dzieci, aby pokazały ( pantomima ) lub podały swoje sposoby, wszystkie pomysły zapisujemy na tablicy. Prowadzący może podpowiadać: odliczanie od 1-100, bieganie, rysowanie wściekłych karteczek, płacz, oddychanie, zrobienie sobie przyjemności, zjedzenie czekolady, porozmawianie z kimś, fantazje dające ulgę. Na tablicy tworzymy wspólnie z dziećmi listę sposobów na pozbycie się złości. Zachęcamy dzieci, aby narysowały swoje sposoby na złość i wieszamy prace w klasie.

### **6.Quiz -Tak,Nie**

Dzieci piszą na kartonikach TAK ,NIE, młodsze mogą posłużyć się kolorami lub znaczkami. Dobrym sposobem jest wykorzystanie różnokolorowych wstążeczek. Prowadzący czyta pytania, dzieci podnoszą kartoniki lub wstążeczki. Nie używamy słów w odpowiedziach..

- czy dzieci lubią, jak im się dokucza?
- czy dzieci mają swoje prawa?
- czy można bić i kopać inne dziecko?
- czy można znęcać się nad zwierzętami?
- czy dziecko może się czasem złościć?
- czy kolegom ze starszych klas wolno znęcać się nad młodszymi dziećmi?
- czy kiedy ktoś mnie krzywdzi mogę na ratunek wzywać?
- czy jak jestem zły to mogę odliczać do 20?

Możemy dodać własne pytania , dostosowane do wieku dzieci, za którymi pracujemy.

### **7. Asertywność**

Większość ofiar przemocy zachowuje się pasywnie, nie reagując w żaden sposób w sytuacji zagrożenia. Większość dzieci neutralnych nie broni ofiar i nie mówi o znęcaniu się dorosłym. Ofiary ponoszą fizyczne i psychiczne urazy, często ich poczucie własnej wartości ulega uszkodzeniu na całe życie .Uwaga nauczycieli częściej jest skupiona na agresorach sprawiających kłopoty niż na ofiarach, które rzadko zgłaszają przemoc.

W tym ćwiczeniu próbujemy uczyć dzieci zachowań asertywnych, sposobów reagowania i bronięcia się w sytuacjach stosowania wobec nich przemocy.

Zapraszamy dzieci do odgrywania scenek. Staramy się zaangażować wszystkie dzieci. Scenki powinny być krótkie, nagradzane oklaskami. Prowadzący zawsze gra rolę sprawcy.

Scenki dotyczą na przykład:

- przezywania, popychania, zabierania kanapek,
- wyśmiewania, niszczenia ubrania,
- zamykania, zabierania pieniędzy,
- zabierania rzeczy, piłki do gry itp.

Zapisujemy na tablicy wszystkie sposoby i sztuczki: ale ci pryszcz wyskoczył, fajnie żeś mnie złapał, właśnie chciałem cię prosić o pomoc, ale ty jesteś silny, naucz mnie tak, nieładnie tak mówić o koledze, wstydz się. Pilnujemy, aby dzieci nie używały agresywnych form obrony.

*Czasem zdarzają się sytuacje, że jesteśmy zbyt słabi, za mali, silniejszych dzieci jest więcej albo są od nas starsze i wtedy stracimy pieniądze, ktoś nam zabierze tornister. Najlepiej unikać takich miejsc czy sytuacji, gdzie może nas to spotkać: ciemna szatnia, piętro*

*dla starszaków, miejsc, gdzie nie ma nauczyciela. Ale jeśli nam się już coś przydarzy, czy możemy sobie jakoś pomóc?*

Prowadzący przypomina dzieciom wierszyk: **Nikt nie może.....**

*-W takich sytuacjach trzeba zwracać się o pomoc. Ktoś, kto się znęca nad innymi, zasługuje na karę. Dzieci mają prawo dbać o siebie, zasługują na dobre traktowanie. Mają także prawo zwrócić się o pomoc do dorosłych – jesteśmy wtedy bardzo odważni bo walczymy o swoje prawa. Dorośli w takich sytuacjach też proszą o pomoc. Kiedy widzicie przemoc, trzeba jak najszybciej o tym powiedzieć dorosłym, bo tacy chłopcy zaczepią inne dziecko, któremu mogą też zrobić krzywdę.*

Podajemy przykłady Króla Macjusia, Piotrusia Pana, którzy pomagali dzieciom.

### **8.Komu mogę powiedzieć?**

Prowadzący prosi, aby dzieci pomyślały, do kogo mogą zwrócić się o pomoc, jeśli ktoś zastosuje wobec nich przemoc. Każde dziecko wymienia swoją zaufaną osobę.

Omawiamy różne osoby: policjanta, pedagoga szkolnego (dobrze, żeby dzieci wiedziały, w którym pokoju pracuje – dobrze nawet zorganizować wycieczkę do jego gabinetu).

*-Zdarza się, że dzieci widzą, że ktoś znęca się nad innym dzieckiem. Wtedy też można mu pomóc. Jak myślicie, w jaki sposób?*

Rozmawiamy o sposobach i odgrywamy scenki, które przedstawiają te sposoby: np. trzymamy chłopca udając, że chcemy mu zrobić coś złego, a dziecko, które zgłosiło się do scenki widzi to i stara się reagować. Każdy sposób wymyślony przez dzieci nagradzamy brawami: powiedzieć nauczycielowi, przechodzącemu obok dorosłemu, zwrócić uwagę, zawołać o pomoc, zawołać inne dzieci. Scenki mogą dotyczyć wyśmiewania, zabierania rzeczy, pieniędzy młodszym dzieciom i innych sytuacji, które wymieniają uczniowie. Na zakończenie przypominamy dzieciom, że mówienie dorosłemu o przemocy, nie oznacza bycia skarżypytami. W ten sposób pomagamy swoim kolegom i zasługujemy na podziw.

### **9.Naprawianie błędów**

Prowadzący zaprasza dzieci do wysłuchania historii o Olku.

*Pewnego dnia Olek wstał z łóżka lewą nogą. Wyszedł na podwórko pobawić się z dziećmi, a Waldek zaproponował: pobawmy się twoim nowym samochodem. Olek nie zgodził się. Na podwórku pojawiła się Agnieszka, Olek z całej siły pociągnął ją za włosy. Matylda nie chciała z nim porozmawiać, więc ochlapał ją wodą z kałuży. Kiedy sąsiadka zwróciła mu uwagę, pokazał jej język. Następnego dnia przyszedł na podwórko, ale nikogo nie było. Nagle zobaczył Matyldę, która niosła jakiś prezent. Okazało się, że idzie ona na urodziny Waldka. Zrobiło mu się smutno. Jego nikt nie zaprosił. Kiedy wrócił do domu, dziadek zapytał:*

*-Co się stało?*

*-Nie zaprosili mnie na urodziny*

*-Czemu? Czy zrobiłeś coś, co mogło im się nie spodobać?*

*-Chyba tak. Nikt już nie będzie chciał się ze mną bawić*

*-Oooo, może da się coś zrobić Olku. Jesteś mądrym chłopcem, coś wymyślisz.*

*Olek zastanowił się chwilę. Wziął ze sobą czekoladę, którą dostał wczoraj, nową zabawkę i poszedł do dzieci. Zapukał nieśmiało do drzwi, Waldek bardzo się zdziwił.*

*-Waldek, może chciałbyś pobawić się moim samochodem? Przepraszam za wczoraj, wstałem lewą nogą.*

*-Eee, zdarza się – powiedział Waldek i zaprosił Olka do środka*

Historijkę możemy opowiedzieć przy pomocy kukiełek.

Rozmawiamy z dziećmi o historii Olka.

*Czy komuś zdarzyła się podobna historia? Czy łatwo się przeprosza, czy błędy możemy naprawić, czy Olkowi się udało?*

Prosimy dzieci, aby opowiedziały swoje historie, mogą pokazać je kukielkami.

## 10. Nowa szkoła

Dzieci używają przemocy wobec kolegów lub są świadkami takich sytuacji często nie zdając sobie sprawy z tego, co czuje osoba skrzywdzona. W tym ćwiczeniu próbujemy uczyć dzieci empatii.

Prowadzący czyta dzieciom historię o Franku.

*Franek przeprowadził się z rodzicami do innego miasta. Pierwszego dnia przyszedł do nowej szkoły zadowolony. Kiedy przechodził przez szkolne boisko grupa chłopców pokazywała go sobie palcami i śmiała się głośno. Franek schował twarz w kołnierz i wszedł do szkoły. Kiedy szedł korytarzem, jakiś duży chłopak popchnął go, Franek przewrócił się. W klasie nikt do niego nie podszedł, nie zapytał, skąd jest. Dzieci bawiły się w jakąś ciekawą zabawę i żadne go nie zauważyło. Na przerwie ktoś zabrał mu śniadanie. Franek głodny usiadł w kącie i westchnął:*

*Chyba nikt mnie tu nie lubi....*

Kierujemy do dzieci następujące pytania;

*-Dlaczego Franek tak pomyślał, jak się czuł w nowej szkole? Czy takie sytuacje są dla dzieci przyjemne, jak można temu zaradzić? Co można zrobić, powiedzieć, aby Franek poczuł się lepiej*

Dzieci odgrywają kukielkami lub swoimi maskotkami sposoby pomagania chłopcu. Mogą przedstawić swój teatrzyk w parach lub z prowadzącym, odegrać swoje przykłady. Zwracamy uwagę na uczucia dzieci, które stoją u boku i nikt się z nimi nie bawi. Bawimy się w teatr, aż dzieciom wyczerpią się pomysły.

## 11. Medal

*-Każde dziecko jest inną osobą, ważną i wyjątkową. Nie ma dwóch takich samych dzieci na świecie. Każdy z nas potrafi coś zrobić, ma cechy, których inni nie mają, ma swój dzień urodzin, w którym dostaje prezenty albo życzenia od innych. Każdy z nas chce mieć przyjaciela i sam może nim być, bo smutno jest samemu na świecie. Każdy z nas zasługuje na medal. Zapraszamy dzieci do robienia medali z kartonu lub papieru z bloku rysunkowego. Kiedy wszystkie dzieci zakończą pracę, następuje uroczyste przyznanie medali. Wymyślamy wspólnie z klasą, co dekorowane medalem dziecko potrafi, co jest w nim dobrego. Warto zadbać o to, aby wszystkie dzieci usłyszały o sobie miłe słowa. Prowadzący może mówić pierwszy, aby dać dzieciom przykład. Na koniec możemy zorganizować honorowy marsz wszystkich udekorowanych dzieci.*

## 12. Historia Stasia

Prowadzący czyta dzieciom opowiadanie o Stasiu.

*Żył sobie chłopiec, który miał na imię Staś. Był dobrym kolegą, pomagał zawsze innym w klasie, pożyczył chętnie różne przybory. Ale niektórzy chłopcy mówili o nim, że jest mięczak i tchórz. A to dlatego, że Staś nie lubił się bić. Był trochę niższy od kolegów, ale przede wszystkim nie znosił szarpania i tarmoszenia. Chłopcy specjalnie go zaczepiali, ale Staś nigdy nie chciał się bić. Pewnego dnia klasa wybrała się na wycieczkę do parku. Kiedy wszyscy zajęci byli zabawą, jakieś małe dziecko, które oddaliło się od mamy, przechyliło się gwałtownie i wpadło do stawu. Staś zauważył to i szybko wskoczył za nim. Wyciągnął mokrego malucha na brzeg. Mama małego chłopca serdecznie mu dziękowała. Pani pochwaliła go za odwagę i szybkość. Koledzy zazdrościli mu zręczności, ale nikt mu tego nie powiedział. A w klasie nadal mówili o nim, że jest mięczakiem, bo nie potrafił się bić jak inni chłopcy.*

Rozmawiamy z dziećmi o treści opowiadania:

*-Czy Staś naprawdę był tchórzem? Czy dzieci słusznie go przezywały? Kto ma więcej odwagi: ten kto się bije czy ten kto ratuje innych? Co to znaczy mieć siłę, odwagę?*

## 13. Przyjaciół

Prowadzący pyta dzieci:

*-Co to znaczy być dla kogoś przyjacielem?*

Rozmawiamy z dziećmi o różnych cennych cechach u przyjaciela. Sprawdzamy, czy ktoś w klasie chciałby mieć takiego przyjaciela, który przeżywa, dokucza, krzywdzi. Zapisujemy wszystkie propozycje dzieci, możemy to zrobić na ludziku wyciętym z szarego papieru, przyklejonym do tablicy.

#### **14.Zasady.**

Wspólnie z dziećmi ustalamy zasady, które będą obowiązywać u nich w klasie. Spisujemy je na dużym arkuszu papieru i zostawiamy na honorowym miejscu w klasie.

- 1.Nie zgadzamy się na znęcanie
- 2.Sami nie znęcamy się nad innymi dziećmi
- 3.Będziemy pomagać dzieciom, nad którymi się ktoś znęca.
4. Będziemy prosić o pomoc dorosłych, kiedy nas ktoś krzywdzi.
- 5.Bawimy się z dziećmi, które często stoją na uboczu.

Zasady podpisują dzieci i wychowawca.