



Przemoc w rodzinie

Cel zajęć: poszerzenie wiedzy uczestników na temat różnych aspektów i przejawów przemocy w rodzinie (czyli takiej, która ma miejsce w domu ze strony rodziców/opiekunów lub rodzeństwa) oraz rozwijanie umiejętności rozpoznawania zagrożających sytuacji. W trakcie zajęć uczestnicy dowiedzą się, do jakich osób, instytucji czy organizacji, osoby doświadczające przemocy lub jej świadkowie mogą zwracać się o pomoc i wsparcie.

Czas trwania: 90 minut

Grupa: zajęcia przeznaczone są dla młodzieży od 13. do 18. roku życia. Można je przeprowadzać w szkole – wtedy wielkość grupy uzależniona jest od liczby uczniów w klasie. Zajęcia mogą być prowadzone również poza szkołą dla osób, które się nie znają. Wtedy zalecane jest, by jednolite wiekowo grupy były nie większe niż 20–25 uczestników.

Miejsce: klasa szkolna, świetlica, sala szkoleniowa.

Potrzebne materiały: płyta DVD z filmem (opcjonalnie).

Wymagany sprzęt: laptop, projektor, ekran lub telewizor (w przypadku projekcji filmu).

Prowadzący: najlepszymi realizatorami proponowanych zajęć będą osoby pracujące na co dzień z dziećmi i młodzieżą, które posiadają umiejętność prowadzenia dyskusji sterowanej oraz podstawową wiedzę na temat zjawiska przemocy w rodzinie. Zachęcamy do realizacji zajęć przez dwóch prowadzących. Ułatwi to omawianie poszczególnych ćwiczeń z uczestnikami i zapewni komfort pracy.

Forma zajęć i metody pracy: wykład, praca w grupach, dyskusja, prezentacja.

Zajęcia łączą elementy wykładu dotyczącego dynamiki zjawiska przemocy w rodzinie i dyskusji na temat konsekwencji niereagowania na przemoc. Przekazywane treści i formy pracy mogą być dla uczestników trudne i poruszające. Przygotowaliśmy dwa sposoby prezentowania historii osoby, która doświadczyła przemocy w rodzinie. Pierwszy z nich polega na czytaniu historii i odwoływaniu się do niej w omówieniu. Drugi to odtworzenie filmu edukacyjnego.

Zgłoszenie realizacji zajęć/ewaluacja: uprzejmie prosimy o wypełnienie formularza ewaluacyjnego dot. prowadzonych zajęć profilaktycznych. Państwa opinia będzie dla nas pomocna w tworzeniu kolejnych materiałów edukacyjnych. Po wypełnieniu formularza ewaluacyjnego będą mogli Państwo otrzymać zaświadczenie o przeprowadzeniu zajęć. Formularz znajduje się na stronie www.edukacja.fdds.pl

I. Wstęp

Czas trwania: 5 minut

Prowadzący informuje uczestników zajęć, że będą one dotyczyły tematu przemocy w rodzinie. Uczestnicy będą rozmawiać o różnych jej przejawach i sposobach radzenia sobie w tego typu trudnych sytuacjach. Podczas zajęć porozmawiają również o osobach, do których można zwracać się o pomoc w przypadku przemocy w rodzinie. Prowadzący proponuje ustalenie i zapisanie kilku podstawowych zasad, do których wszyscy będą się stosowali w trakcie zajęć, np.:

1. Kiedy inna osoba mówi, słucham uważnie.
2. Nie oceniam innych osób.
3. W dyskusjach i ćwiczeniach odwołuję się do historii zaprezentowanej w trakcie zajęć.
4. Traktuję z szacunkiem i dyskrecją informacje oraz opinie ujawniane przez innych uczestników.
5. Maksymalnie angażuję się w zajęcia.

II. Ćwiczenie: Przemoc w rodzinie

Potrzebne materiały: tablica i kreda lub flipchart i markery

Forma pracy: burza mózgów **Czas trwania:** 10 minut

Prowadzący pyta uczestników, z czym kojarzy im się wyrażenie/zwrot „przemoc w rodzinie”. Odpowiedzi zapisuje na tablicy lub flipcharcie. Następnie przechodzi do omówienia zjawiska przemocy w rodzinie, odwołując się do przykładów podanych przez uczestników zajęć.

PRZEMOC W RODZINIE

O zjawisku przemocy w rodzinie możemy mówić wtedy, gdy członek rodziny wykorzystuje przewagę siły (fizycznej, psychicznej lub ekonomicznej) wobec swoich bliskich. Krzywdząc i wywołując cierpienie chce podporządkować sobie rodzinę. Przemoc ta ma najczęściej charakter długotrwały, nierzadko trwa latami. Często uważa się, że ten problem dotyczy tylko wybranych rodzin, np. rodzin z problemem uzależnienia od alkoholu czy rodzin przeżywających kłopoty finansowe. Nie jest to prawda. Zjawisko to występuje w wielu rodzinach, bez względu na sytuację finansową czy wykształcenie rodziców. Sprawcami przemocy w rodzinie mogą być zarówno mężczyźni, jak i kobiety. Najczęściej występującymi formami przemocy są przemoc fizyczna i psychiczna, którym poświęcone są te zajęcia.

Przemoc fizyczna w rodzinie ma miejsce wtedy, gdy w wyniku nieprzypadkowego zachowania ze strony bliskiej osoby, członek rodziny doznaje fizycznej krzywdy, odczuwa ból.

Najczęstsze przejawy przemocy fizycznej to: bicie, kopanie, policzkowanie, popychanie, ciągnięcie za włosy, szarpanie itp.

Przemoc psychiczna (emocjonalna) w rodzinie ma miejsce wtedy, gdy zachowanie bliskiej osoby prowadzi do tego, że członkowie rodziny zaczynają czuć się gorsi, nic nie warcą, boją się.

Przykłady przemocy psychicznej: ośmieszanie, obrażanie, stała krytyka, ograniczanie kontaktów z innymi osobami, poniżanie, upokarzanie, zastraszanie itp.

III. Ćwiczenie: „Rozsypanka”

Potrzebne materiały: „rozsypanka” dla każdej z grup (4 kserokopie poniższej tabeli, rozcięte wzdłuż

oznaczonych linii) **Forma pracy:** praca w grupach **Czas trwania:** 20 minut

Prowadzący dzieli uczestników na 4 grupy i każdej z nich daje „rozsypankę”. Zadaniem każdego zespołu jest podzielenie określeń z „rozsypanki” na 3 grupy. W pierwszej powinny znaleźć się formy przemocy fizycznej, w drugiej – psychicznej, a w trzeciej grupie określenia, które nie są przemocą. Opisy odnoszą się do doświadczeń rówieśników uczestników zajęć – warto im zwrócić na to uwagę.

Efekt końcowy powinien przedstawiać się następująco:

Formy przemocy fizycznej	Formy przemocy psychicznej	Określenia, które nie opisują przemocy
Beata dostaje lanie za karę.	Piotrek dostał szlaban na 3 tygodnie, bo spóźnił się 10 minut na obiad.	Mama chce wiedzieć, z kim Ewa rozmawia w Internecie.
Magda dostała w twarz od ojca, bo go zdenerwowała.	Przy koleżankach Moniki jej mama powiedziała, że w szkole jest dla Moniki za wysoki poziom i dziwi się, że w ogóle ją przyjęli.	Dominika nie wróciła do domu z urodzin koleżanki o ustalonej godzinie. Za karę nie mogła iść na koncert ulubionego zespołu.
Ścisnął Wojtka za szyję tak, że chłopiec nie mógł oddychać.	Ojciec powiedział Adamowi, że jeśli nie poprawi ocen, to go popamięta.	Rodzice nie pozwolili Marysi na samodzielny wyjazd na wakacje.
Brat opluł Krzyśka, bo był na niego zły.	Ania nie może mieć żadnych znajomych, rodzice zabraniają jej spotykać się nawet z kuzynką.	Sławek może korzystać z Internetu tylko 3 godziny dziennie.
Szarpała Gośkę za ramię tak, że podarła jej bluzkę.	Kiedy rodzice się zezłoszczą, to Rafał słyszy, że jest głupkiem.	
Starsza siostra wykręciła Justynie rękę.	Przynajmniej raz w tygodniu ojciec czyta SMS-y i sprawdza połączenia w telefonie Łukasza.	
Wiolka upadła na podłogę, bo matka ją popchnęła.	Zosia musiała iść do szkoły, którą rodzice wybrali wbrew jej zainteresowaniom.	
Rodzice zamknęli Kubę w pokoju, nie mógł wyjść do łazienki ani nic zjeść.	Mama mówi Joli, że przez to, że ją wychowywała, nie zrobiła kariery i niczego w życiu nie osiągnęła.	



Prowadzący sprawdza, czy zespoły właściwie zaklasyfikowały opisane zachowania. Jeśli któryś z zespołów przyporządkował określenia inaczej niż w tabelce, należy to omówić, dopytując np.:

Co zdecydowało, że ten opis znalazł się w danej grupie? Co może spowodować, że opisana sytuacja będzie przemocą?

Warto podkreślić, że czasem trudno jest rozpoznać, czy dane zachowanie jest przemocą. Dotyczy to przede wszystkim przejawów przemocy psychicznej. Wiele zależy od okoliczności, które towarzyszą konkretnej sytuacji – np. rodzice mogą ograniczać kontakty swojego dziecka z osobami, które mają na nie zły wpływ (zachęcają do wagarowania, picia alkoholu, namawiają do brania narkotyków itp.). Nie jest to przemoc, ponieważ rodzice separują swoje dziecko od konkretnych osób w trosce o jego rozwój, zdrowie czy bezpieczeństwo. Jednak izolowanie od wszystkich znanych dziecku osób (rówieśników i dorosłych), czy zakaz utrzymywania jakichkolwiek kontaktów, są już przejawami przemocy psychicznej.

Ważne, by prowadzący w omówieniu zaznaczył, że przemoc fizycznej w rodzinie zawsze towarzyszy przemoc psychiczna. Natomiast zdarza się, że w rodzinie stosowana jest wyłącznie przemoc psychiczna – członkowie rodziny nie są bici, ale są poniżani czy zastraszeni.

Opisy, które znalazły się w ćwiczeniu w trzeciej kolumnie tabeli, odnoszą się do wyciągania przez rodziców konsekwencji za złamanie zasad czy umów z dziećmi. Należy podkreślić, że rodzice czy opiekunowie, będąc odpowiedzialni za wychowanie swoich dzieci, mają prawo ustanawiać zasady i dbać o ich przestrzeganie. Zachowanie rodziców nie jest przemocą, jeśli odnosi się do obietnicy, której dziecko nie dotrzymało oraz jest adekwatne do przewinienia, np. jeśli ktoś nie wrócił o ustalonej porze do domu, mimo że uzgodnił to z rodzicami przed wyjściem, to rodzice mogą wyciągnąć konsekwencje i np. nie wyrazić zgody na podobne wyjście w przyszłości.

Prowadzący informuje, że przemocy w rodzinie mogą towarzyszyć silne emocje – złość, zdenerwowanie, stres. Bez względu na to, co spowodowało te silne emocje, nie są one żadnym wytłumaczeniem czy usprawiedliwieniem dla agresywnych, przemocowych zachowań w rodzinie.

Kończąc omówienie, prowadzący podkreśla, że wymienione dotychczas formy przemocy fizycznej i psychicznej nie stanowią zamkniętego katalogu przejawów krzywdzenia innych osób. Warto znać różne formy przemocy, ponieważ czasem już sama wiedza na temat tego problemu może pozwolić nam się przed nim chronić.

IV. Wykład

Czas trwania: 5 minut

SKALA ZJAWISKA W POLSCE

Przemoc w rodzinie jest poważnym problemem społecznym – w ostatnich 5 latach (2007-2011), liczba ofiar przemocy w rodzinie przekroczyła 650 000 (wg statystyk Komendy Głównej Policji dot. procedury „Niebieskiej Karty”). Z badań Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę (2010) wynika, że 17% osób w wieku 15–19 lat doświadczyło przemocy fizycznej, a aż 51% zadeklarowało, że doświadczało przemocy psychicznej.

PRAWO DOTYCZĄCE PRZEMOCY W RODZINIE

Międzynarodowe i polskie prawo zakazuje stosowania wszelkich form przemocy wobec dzieci. Ochrona przed przemocą została zapisana m.in. w Konwencji o Prawach Dziecka ONZ, która stanowi zbiór przepisów prawnych, dotyczących wszystkich sfer życia młodych osób.

Artykuł 19 1. *Państwa – Strony będą podejmowały wszelkie właściwe kroki w dziedzinie ustawodawczej, administracyjnej, społecznej oraz wychowawczej dla ochrony dziecka przed wszelkimi formami przemocy fizycznej bądź psychicznej, krzywdy lub zaniedbania bądź złego traktowania lub wyzysku, w tym wykorzystywania w celach seksualnych, dzieci pozostających pod opieką rodzica(ów), opiekuna(ów) prawnego(ych) lub innej osoby sprawującej opiekę nad dzieckiem.*

W Polsce podstawowe przepisy, które odnoszą się do przemocy w rodzinie znajdują się w Kodeksie karnym, Kodeksie rodzinnym i opiekuńczym oraz w Ustawie o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie. Przepisy te w szczególny sposób chronią przed takimi formami przemocy w rodzinie jak: znęcanie się, naruszenie nietykalności cielesnej czy spowodowanie uszkodzenia ciała.

Sąd karny wymierzając karę bierze pod uwagę okoliczności popełnienia przestępstwa. Sprawcy przemocy w rodzinie grożą różne kary, np. kara grzywny, ograniczenia wolności lub pozbawienia wolności. Sąd może zastosować wobec sprawcy zakaz zbliżania się do określonych osób, nakaz opuszczenia lokalu zajmowanego wspólnie z pokrzywdzonym. Sąd rodzinny może postanowić o ograniczeniu lub pozbawieniu władzy rodzicielskiej rodzica, który stosował przemoc wobec dziecka.

V. Prezentacja: Historia Jaśka

Potrzebne materiały: płyta DVD, laptop, projektor, ekran lub telewizor (w przypadku projekcji filmu)

Forma pracy: prezentacja, dyskusja **Czas trwania:** 15 minut

Prowadzący zachęca uczestników do zapoznania się z historią Jaśka. Informuje, że zaprezentowana historia posłuży im jako materiał do dalszej pracy. Następnie czyta historię lub włącza film.

Odkąd pamiętam mojemu ojcu stale coś nie pasowało, o wszystko się czepiał, chciał wszystkimi rządzić. Mnie i mojej młodszej siostrze wymyślał od głębów, darmozjadów i leni. Kaśka dostawała lanie za najgłupsze rzeczy. Mnie ojciec nie bił jak byłem w wieku Kaśki, mama mówiła, że miał do mnie więcej cierpliwości. W domu rzadko był spokój, rodzice często się kłócili. Ojciec wtedy krzyczał, że mamy robić wszystko tak jak on chce, bo jak nie, to nas zostawi i sobie bez niego nie poradzimy. Mama krzyczała, że przecież poświęciła dla rodziny życie i że całe dni tylko sprząta i gotuje.

Po tych kłótniach ojciec był na wszystkich obrażony, nie odzywał się, nie jadł z nami obiadów. Mama prosiła, żebyśmy go nie denerwowali, mówiła, że on taki już jest i mu przejdzie. Ciągle go usprawiedliwiała. Mówiła, że ojciec ma ciężką pracę, mało mu płacą, należy mu się w domu odpoczynek, szacunek i miła atmosfera, i to od nas zależy, czy będzie czuł się w domu dobrze.

Denerwowało mnie to, że mama najpierw się z nim kłóci, a potem go tłumaczy. Ale w sumie wszyscy staraliśmy się nie wchodzić ojcu w drogę. Atmosfera w domu była jednak coraz gorsza. Wszystko było podporządkowane humorom ojca. Mama nie odzywała się do nas, czasami popłakiwała, Kaśka bała się wszystkiego, a ja byłem ciągle zły i nie wiedziałem, co z tym zrobić.

Zacząłem odsuwać się od znajomych, denerwowały mnie rozmowy o imprezach, muzyce czy grach komputerowych. Nigdzie nie chodziłem i nikogo nie zapraszałem do domu. Bałem się, że ojciec będzie krzyczał przy moich kolegach na mamę, Kaśkę albo na mnie. Żle się czułem w domu i w szkole. Denerwowali mnie nauczyciele, nie mogłem skupić się na lekcjach, w domu też nie było warunków do nauki. Zacząłem się coraz gorzej uczyć.

Wychowawczynie kilka razy pytała mnie, co się dzieje. Najpierw nie chciałem z nią w ogóle rozmawiać, potem powiedziałem, że po prostu nie chce mi się uczyć. Mówiłem tak ze wstydu, nie chciałem, żeby ktoś wiedział o tym, co się działo w mojej rodzinie. Ale już dłużej nie mogłem tego wytrzymać.

W końcu powiedziałem wychowawczynie, że mam kłopoty w domu, że wszystko musi być tak, jak chce ojciec, że Kaśka prawie codziennie dostaje lanie, że rodzice się kłócą. Do szkoły wezwano matkę. Powiedziała wychowawczynie, że przesadzam, że jesteśmy normalną rodziną i wszystko jest w porządku. Było mi strasznie głupio.

W domu usłyszałem, że to, co dzieje się w rodzinie to nasza sprawa i nikt nie powinien się o tym dowiedzieć, że jak będę o tym rozповідаł, to będziemy mieli kłopoty, ludzie będą gadać, ojciec straci pracę, a Kasię zabiorą do domu dziecka... Nie chciałem matce przysparzać więcej zmartwień, starałem się schodzić ojcu z drogi, spędzałem dużo czasu poza domem. Z wychowawczynią też już nie rozmawiałem, mimo że kilka razy mówiła mi, że gdyby był jakiś problem, to mogę na nią liczyć.

Tak było przez kilka miesięcy. Ale w końcu nie wytrzymałem. Któregoś dnia ojciec robił awanturę, że mama dzwoniła do swojej matki. On nie znosił babci, zawsze powtarzał, że nastawia mamę przeciwko niemu. Kiedy zaczął szarpać mamę, stanąłem w jej obronie. Wtedy uderzył mnie po raz pierwszy...

Po obejrzeniu filmu lub przeczytaniu historii prowadzący przedstawia pytania do dyskusji:

1. Jakie przejawy przemocy w rodzinie zauważyliście w historii Jaśka?

W odpowiedziach powinny się znaleźć następujące sytuacje: bicie, stosowanie kar fizycznych, wyzywanie, zastraszanie, grożenie, krzyki, wrzaski, szarpanie.

Następnie prowadzący zadaje drugie pytanie, zapraszając uczestników do dyskusji.

2. Z jakich powodów Jasiek i jego mama starali się ukryć, że w ich rodzinie dochodzi do przemocy?

W odpowiedziach powinny się znaleźć następujące powody:

- myśleli, że sami sobie poradzą z tą sytuacją (np. będą starać się nie denerwować ojca);
- obawiali się, że nikt nie będzie w stanie im pomóc (Jasiek poprosił o pomoc wychowawczynię i nie przyniosło to oczekiwanych rezultatów);
- wstydzieli się (np. że ktoś się dowie i pomyśli coś złego o nich, o rodzinie itp.);
- bali się, byli zastraszani przez ojca (np. że sobie bez niego nie poradzą);
- obawiali się, że jeśli ujawnią przemoc, to poniosą negatywne konsekwencje (np. ojciec straci pracę, rodzina straci reputację, Kasia zostanie umieszczona w domu dziecka);
- kochali ojca, był dla nich ważny.

Prowadzący podsumowuje dyskusję mówiąc, że tak jak miało to miejsce w historii Jaśka, osoby, które doświadczają przemocy w rodzinie bardzo często boją się lub wstydzą powiedzieć o tym komukolwiek. Mogą być zastraszane przez osobę stosującą przemoc, mogą bać się tego, co się wydarzy, gdy opowiedzą komuś o swojej sytuacji domowej. Czasem ofiary myślą, że same są sobie winne, że prowokują swoim zachowaniem sprawcę; starają się go usprawiedliwić. Ale na przemoc nie ma żadnego usprawiedliwienia czy wytłumaczenia.

Czasem trudno jest też ujawnić przemoc w rodzinie ze względu na jej sprawcę – osobę bliską, która jest dla członków rodziny znacząca i ważna. Z tego powodu ofiara przemocy może starać się chronić sprawcę. Ale przemocy nie da się usprawiedliwić, a mówienie o niej może być pierwszym krokiem do jej przerwania.

VI. Ćwiczenie: Konsekwencje przemocy w rodzinie

Potrzebne materiały: 3 duże kartki (flipchart) i markery

Forma pracy: praca w grupach **Czas trwania:** 15 minut

Prowadzący dzieli uczestników na 3 grupy. Zadaniem każdej z grup jest przygotowanie odpowiedzi na jedno z 3 poniższych pytań. Przed rozpoczęciem pracy w grupach warto zaznaczyć, że osoby doznające przemocy mogą odczuwać złość, smutek, wstyd, mogą czuć się osamotnione, zachowywać się agresywnie lub wycofywać z kontaktu. Zadaniem każdej z grup jest wypisanie wszystkich możliwych emocji/zachowań/myśli, jakich mogą doświadczać ofiary przemocy w rodzinie, które są w wieku uczestników zajęć. Warto, by uczestnicy rozpoczęli pracę od odwołania się do historii Jaśka, a następnie zastanowili się, co mogą przeżywać inne osoby w ich wieku, które doświadczają przemocy.

Grupa 1: Co może myśleć o sobie i o otaczającym świecie młoda osoba, doświadczająca przemocy w rodzinie?

Osoba doświadczająca przemocy może myśleć, że:

- jest do niczego, nic niewarta;
- to jej wina;
- gdyby bardziej się postarała, to nie spotkałoby jej to;
- wszyscy chcą ją skrzywdzić;
- zasłużyła sobie na to;
- i tak sobie nie poradzi, więc nie będzie nawet próbowała szukać pomocy;
- jest beznadziejna;
- musi zachować to dla siebie, nikt nie może się o tym dowiedzieć;
- nikt jej nie pomoże;
- to co się dzieje, to normalna sytuacja (nie widzi, że jest ofiarą przemocy);
- inni dorośli też mogą ją skrzywdzić itp.

Grupa 2: Jak może zachowywać się młoda osoba, która doświadcza przemocy fizycznej lub psychicznej w rodzinie?

Osoba, która doświadcza przemocy może:

- unikać kontaktu fizycznego;
- stale mieć napięte ciało (jest przygotowana do obrony);
- mieć dolegliwości fizyczne, np. bóle brzucha, bóle głowy, bezsenność;
- mieć trudności z koncentracją uwagi, być rozproszona;
- okaleczać się;
- uciekać z domu; wagarować;
- sięgać po używki;
- nie nawiązywać nowych znajomości;
- unikać kontaktu lub zmniejszać do minimum kontakty z innymi osobami;
- być nieufna;
- bywać agresywna w stosunku do innych osób;
- stosować przemoc w przyszłości;
- starać się być niedostrzegana, trzymać się na uboczu grupy itp.

Grupa 3: Co może czuć młoda osoba, doświadczająca przemocy fizycznej i psychicznej w rodzinie?

Osoba doświadczająca przemocy może:

- czuć bezradność;
- czuć wstyd;
- mieć poczucie winy;
- odczuwać złość do siebie, do innych, do osoby stosującej przemoc;
- czuć silny lęk, zagrożenie;
- mieć poczucie odrzucenia;
- mieć sprzeczne uczucia do osoby/osób stosujących przemoc;
- mieć poczucie zagubienia;
- czuć osamotnienie; smutek; przygnębienie itp.

Każda grupa prezentuje efekty swojej pracy. Jeśli uczestnicy nie wymienią którejś z wypisanych powyżej konsekwencji, warto zwrócić na nią uwagę i dopisać do listy. Następnie przedstawiciele grup zawieszają kartki z odpowiedziami w widocznym miejscu sali. W ten sposób powstaje lista konsekwencji doświadczania przemocy we wszystkich sferach życia. Prowadzący zwraca uwagę, że stworzona lista pomaga zrozumieć, dlaczego dzieje się tak, że osoby doświadczające przemocy nie wiedzą jak poradzić sobie z tą sytuacją, czują się bezradne. Istnieją możliwości przerwania przemocy, z których może skorzystać jej ofiara, ale poczucie bezradności, lęk, wstyd czy obwinianie się sprawiają, że trudno jest dostrzec te wyjścia.

VII. Ćwiczenie:

Osoba, która może pomóc

Potrzebne materiały: tablica i kreda lub flipchart i markery
Forma pracy: burza mózgów **Czas trwania:** 15 minut

Prowadzący zaznacza, że bez względu na to, jakie są przyczyny ukrywania przemocy w rodzinie, z biegiem czasu sprowadzają się one do jednego – tajemnica staje się coraz bardziej niewygodna i trudna, a negatywne konsekwencje nawarstwiają się. Pomocne w dostrzeżeniu wyjścia z tej sytuacji może być ujawnienie tego problemu.

Prowadzący zaprasza do burzy mózgów zadając pytanie: Komu osoba doświadczająca przemocy lub świadek przemocy mogliby powiedzieć o sytuacji, w jakiej się znajdują? Z kim mogliby podzielić się taką tajemnicą?

Przy każdej wymienionej osobie prowadzący zadaje pytanie: W jaki sposób ta osoba mogłaby pomóc komuś, kto doświadcza przemocy w rodzinie lub jest jej świadkiem?

Prowadzący zapisuje wszystkie odpowiedzi na tablicy lub flipcharcie.

Warto, by podczas burzy mózgów pojawiły się takie odpowiedzi jak: dalsza rodzina, nauczyciel, pedagog szkolny, wychowawca lub inny pracownik szkoły, przyjaciel/-ciotka, znajomi, sąsiedzi, opiekunowie w świetlicach, organizacjach pozarządowych, placówkach opiekuńczych itp.

Prowadzący podkreśla, że znalezienie zaufanej, dorosłej osoby jest bardzo ważnym krokiem dla dzieci i młodzieży, które doświadczają przemocy w rodzinie lub są jej świadkami. Dorośli mogą przywrócić poczucie bezpieczeństwa, otoczyć opieką, udzielić wsparcia i wykazać się zrozumieniem. Warto również pamiętać, że dorośli mają większą niż młode osoby możliwość poradzenia sobie z przemocą, mogą powiadomić służby lub instytucje, których zadaniem jest przeciwdziałanie przemocy w rodzinie (np. ośrodek pomocy społecznej, ośrodek interwencji kryzysowej, wydział rodzinny i nieletnich w sądzie rejonowym, policję).

Prowadzący informuje, że dla młodych osób borykających się z różnymi problemami, również przemocą psychiczną i fizyczną w rodzinie, utworzono Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111. W anonimowej rozmowie młode osoby mogą opowiedzieć o swojej sytuacji, podzielić się przeżywanymi emocjami, zastanowić się czy jest w ich otoczeniu dorosła osoba, do której mogą się zwrócić o pomoc. Mogą też poprosić konsultantów Telefonu 116 111 o działanie – np. powiadomienie odpowiednich służb, zainicjowanie interwencji.

VIII. Podsumowanie

Czas trwania: 5 minut

Miejsce, w którym żyjemy, powinno być bezpieczne i wolne od przemocy. Jeśli tak się nie dzieje, ważne, aby o tym mówić – zaufanym dorosłym, przyjaciołom. Nie warto zostawać samemu ze swoimi problemami. Warto też pamiętać o ofercie bezpłatnego Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111, który działa codziennie od godz. 12:00 do 20:00. Strona internetowa www.116111.pl umożliwi przesłanie anonimowej wiadomości przez całą dobę, a zakładka „Przemoc” zawiera wiele informacji na temat różnych form przemocy oraz możliwości uzyskania pomocy.

Na zakończenie prowadzący zaznacza, że niekiedy w wyniku przemocy w rodzinie może dojść do bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia. W takich sytuacjach należy natychmiast powiadamiać policję – dzwoniąc pod nr 997 (wtedy połączymy się z najbliższą jednostką policji) lub alarmowy numer 112 (gdzie zgłoszenie zostanie przekazane policji lub pogotowiu ratunkowemu, lub do obu tych służb).