

BĄDŹ BEZPIECZNY



Przewodnik dla rodziców

Opublikowane przez: Program Zapobiegania Przemocy wobec Dzieci

Przesłanie

do rodziców i opiekunów

Większość dzieci dorasta szczęśliwie i bezpiecznie, ale wiemy, że od czasu do czasu spotykają je smutne, przerażające lub niebezpieczne sytuacje. Program „Bądź bezpieczny” został stworzony po to, aby pomóc naszym dzieciom radzić sobie z takimi sytuacjami.

Ostatnie badania pokazują, że dzieci, które biorą udział w programie „Bądź bezpieczny” są bardziej skore, aby powiedzieć, jeśli zostały ofiarami molestowania czy nękania oraz, że rodzice / opiekunowie i nauczyciele partycypujący w programie częściej reagują chroniąc i wspierając dziecko.

Od kiedy wprowadzono program do szkół podstawowych dostajemy wiele prośb od rodziców / opiekunów, aby zapewnić więcej informacji na temat ochrony dziecka przez molestowaniem i nękaniami. W odpowiedzi, wydrukowaliśmy tę broszurę, aby wyjaśnić, jak Ty i Twoja szkoła – pracując wspólnie w oparciu o program „Bądź bezpieczny” – możecie pomóc dziecku, aby było szczęśliwe, pewne siebie i bezpieczne.

SPIS TREŚCI

WSTĘP	4
PROGRAM „BĄDŹ BEZPIECZNY”	7
NĘKANIE	17
MOLESTOWANIE DZIECI	23
BEZPIECZEŃSTWO W INTERNECIE	28
ORGANIZACJE	30

Program Zapobiegania Przemocy wobec Dzieci chciałby podziękować:

Patricia Shanahan, Marion Hefferon, Martina Gannon,
Sean O'Casaide, Veronica McDermott, Maria Lawlor oraz
Deirdre MacIntyre za ich pracę nad tworzeniem broszury.

Ilustracje wykonane przez: Barbara Nolan

Układ graficzny wykonany przez: Langley Freeman Design Group Ltd

BĄDŹ BEZPIECZNY, Przewodnik dla rodziców,

©2000 Program Zapobiegania Przemocy wobec Dzieci

WSTĘP

Program Zapobiegania Przemocy wobec Dzieci (PZPwD) został stworzony w 1987 r. w celu stawienia czoła problemowi nękania i molestowania dzieci. Do tej pory PZPwD wprowadził w szkołach podstawowych program „Bądź bezpieczny” z zamiarem rozwijania umiejętności dbania o swoje własne bezpieczeństwo u dzieci w wieku szkolnym.

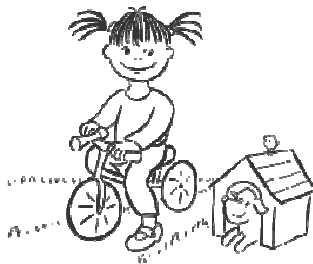
PZPwD został stworzony wspólnie przez Departament Zdrowia i Dzieci oraz Departament Edukacji i Nauki.

BEZPIECZEŃSTWO OSOBISTE

Dzieci muszą rozwijać w sobie umiejętność dbania o bezpieczeństwo osobiste po to, aby umieć zareagować w sposób bezpieczny sytuacji niebezpiecznej, niemiłej i uwłaczającej, zanim ta stanie nie naprawdę poważna. Uczymy już dzieci o niebezpieczeństwie wynikającym z ruchu na drodze i o tym, jak przejść przez jezdnię w odpowiedni sposób, ale musimy też nauczyć je, jak radzić sobie w innych sytuacjach zagrożenia. Doszliśmy do wniosku, że dzieci radzą sobie lepiej z rozwijaniem umiejętności dbania o bezpieczeństwo osobiste, kiedy dom współpracuje ze szkołą.

BUDOWANIE PEWNOŚCI SIEBIE I SAMOOCENY

Pewne siebie dziecko o wysokiej samoocenie jest mniej narażone na zostanie ofiarą nękania czy molestowania. Zatem, bardzo ważne jest, aby rodzice / opiekunowie, nauczyciele oraz inni dorośli w życiu dziecka



korzystali z każdej danej możliwości, aby budować dziecka samoocenę oraz pewność siebie. Rodzina dla dziecka jest najważniejszym otoczeniem, w którym się uczy. Wszelki wysiłek powinien zostać poczyniony w domu, aby promować i rozwijać dziecka pewność siebie i samoocenę. Niektóre spośród sposobów czynienia tego są następujące:

- Okazywanie miłości i uczucia
- Zapewnienie bezpieczeństwa
- Zachęcanie i nagradzanie
- Zauważanie, kiedy dziecko bardzo się stara
- Ustalenie realnych oczekiwań
- Ofiarowanie dziecku możliwości wpływu na podejmowanie prostych, codziennych decyzji
- Ustanowienie wyraźnych granic zachowania
- Okazywanie dziecku szacunku.

KOMUNIKACJA

Dzieci lubią rozmawiać o swoich codziennych doświadczeniach oraz lubią słuchać, kiedy dorośli opowiadają o swoim własnym dzieciństwie. Rozmawianie z dzieckiem w ten sposób pomaga nawiązać porozumienie.

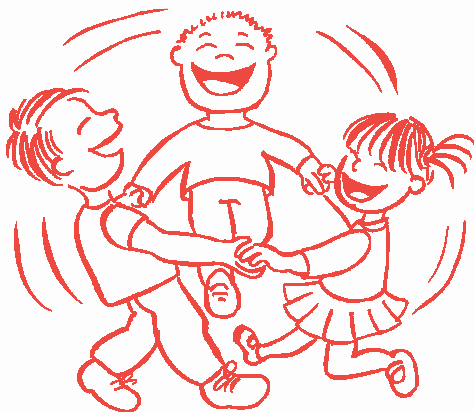
Poświęcenie dziecku czasu tak, aby mogło wyrazić swoje opinie i opowiedzieć o swoich uczuciach pozytywnie wpływa na pewność siebie dziecka i sprawia, że dziecko chętniej się przed Tobą otwiera. Słuchanie i reagowanie na to, co Twoje dziecko mówi pokazuje, że jesteś tym zainteresowany.

Dzieci potrzebują, abyśmy im okazywali miłość, potrzebują czuć, że o nie dbamy, a ich opinie i poglądy są wartościowe. Tak się dzieje, kiedy ich słuchasz, ale i rozmawiasz z nimi. Bardzo ważne jest, aby Twoje dziecko wiedziało, że może się do Ciebie zwrócić, kiedy ma problem.

CZY ROZMAWIAŁEŚ ZE SWOIM DZIECKIEM O JEGO BEZPIECZEŃSTWIE OSOBISTYM?

Możesz mieć w domu zasady dotyczące ognia, sprzętu w gospodarstwie, niebezpieczeństwa w związku z elektryką itd. Uczysz swoje dziecko zasad bezpieczeństwa na drodze i w wodzie. Pewnie rozmawiałeś też z nim o nieznajomych. Bardzo ważne jest także, abyś upewnił się, że Twoje dziecko wie:

- Co zrobić, jeśli czuje się smutne, zdenerwowane, zmieszane lub niepewne w jakiegokolwiek sytuacji
- Co zrobić, gdy zgubi się w sklepie czy w mieście
- Co zrobić, kiedy podejdziesz do niego nieznajomy
- Aby nigdy nie brać nic od osób, których nie zna
- Żeby nigdy nigdzie nie chodzić zanim Cię o tym poinformuje.



INNE ZAGADNIENIA

Nie wystarczy, że ustalisz zasady dotyczące bezpieczeństwa. Poniżej znajdują się pewne zagadnienia, które być może będziesz chciał rozważyć:

- Czy słuchasz, co mówi do Ciebie Twoje dziecko?
- Czy zachęcasz swoje dziecko, aby z Tobą rozmawiało?
- Czy reagujesz na zmartwienia swojego dziecka, którymi się z Tobą dzieli?
- Czy zawsze wiesz, gdzie jest Twoje dziecko, z kim jest i co robi?
- Kto zajmuje się Twoim dzieckiem, kiedy nie jest z Tobą? Co wiesz o opiekunce / niani swojego dziecka i o tym, jak dogaduje się z Twoim dzieckiem? Nie powinieneś czuć się zakłopotany, kiedy pytasz o referencje.
- Do kogo Twoje dziecko może zwrócić się o pomoc, kiedy Ciebie nie ma w pobliżu?

- Co Twoje dziecko musi wiedzieć o narkotykach, alkoholu i sprawach seksu?
- Co pozwalasz oglądać swojemu dziecku w TV lub na video?

- Czy monitorujesz dostęp swojego dziecka do gier komputerowych, muzyki, płyt CD i Internetu (zobacz rozdział „Bezpieczeństwo w Internecie”, strona: 28)?
Gry komputerowe są klasyfikowane według wieku w ten sam sposób, co filmy. Muzyka oraz płyty CD są obecnie klasyfikowane i znajdujemy na nich naklejki, które mają wskazywać, czy zgoda rodzica jest zalecana zanim dziecko przystąpi do ich słuchania.

Umiejętność zapewnienia sobie bezpieczeństwa jest częścią Programu Edukacji Społecznej, Osobistej i Zdrowotnej obowiązującego we wszystkich szkołach podstawowych. Programy takie jak: „Bądź bezpieczny” (Stay Safe), „Relacje międzyludzkie i wychowanie seksualne” (Relationships and Sexuality Education), „Głowa do góry” (Walk Tall) - zażywanie narkotyków, „Zdrowie i wyżywienie”(Health and Nutrition), wszystkie one wchodzi w skład tego programu.



PROGRAM BĄDŹ BEZPIECZNY

Program „Bądź bezpieczny” jest programem dla szkół podstawowych – zarówno ogólnych jak i specjalnych – kształtującym umiejętność dbania o własne bezpieczeństwo osobiste. Ogólnie mówiąc, celem programu jest niedopuszczenie do tego, żeby dzieci były molestowane, nękanie i padały ofiarami innych przestępstw.

CZYM ZAJMUJE SIĘ PROGRAM?

Program rozwija w dzieciach umiejętność rozpoznawania, odpierania i informowania o ryzykownych sytuacjach lub nieprzyjemnych spotkaniach ucząc dzieci:

- Rozpoznania dla siebie niebezpiecznych bądź nieprzyjemnych sytuacji
- Prostyh zasad, które mają pomóc im uniknąć molestowania
- Szanowania i doceniania wartości praw innych
- Języka i umiejętności, których potrzebują, aby szukać pomocy.

Program także mówi rodzicom o zapobieganiu zjawiska nękania i molestowania dzieci poprzez stwarzanie większej publicznej świadomości o problemach, których dzieci doświadczają lub mogą doświadczyć.

JAK JEST REALIZOWANY PROGRAM?

Optymalnie dzieci mają lekcje w klasie na temat przestrzegania bezpieczeństwa prowadzone przez swojego wychowawcę, a następnie

omawiają treść lekcji w domu ze swoimi rodzicami. Nauczyciele i rodzice pracują wspólnie, aby upewnić się, że dziecko rozwija umiejętności, których potrzebuje, aby było bezpieczne.

Program ten składa się z czterech zestawów lekcji wymienionych poniżej:

Klasa	Ilość lekcji	Długość lekcji
Zerówka	9	20 minut
1/2klasa	9	30 minut
3/4 klasa	9	30 minut
5/6 klasa	5	30 minut

Zaleca się, aby lekcje były prowadzone raz w tygodniu.

Dodatkowe / uzupełniające lekcje są dostępne dla dzieci o specjalnych potrzebach. Ten program, nazwany „Umiejętności dbania o bezpieczeństwo osobiste u dzieci mających trudności z nauką”, został wprowadzony w 1996 r. i został stworzony dla dzieci, które mają wadę wzroku, trudności z uczeniem poznańczym, wadę słuchu, są niepełnosprawne lub posiadają problemy emocjonalne i behawioralne.

Zobacz rozdział „Dzieci o specjalnych potrzebach”, strona: 14.



CZEGO NAUCZĄ SIĘ DZIECI?

Na lekcjach dzieci uczą się, co zrobić, kiedy są przestraszone lub zdenerwowane. Jednym z głównych przesłań, którego uczą się dzieci jest to, że kiedy mają problem powinny o nim powiedzieć dorosłemu, którego znają i któremu ufają.

W JAKI SPOSÓB RODZICE / OPIEKUNOWIE UCZESTNICZĄ W PROGRAMIE?

Bardzo ważne jest, abyś uczestniczył w programie, ponieważ rodzice / opiekunowie są najważniejszymi ludźmi w życiu dziecka i najbardziej prawdopodobne jest, że Twoje dziecko zwróci się do Ciebie o pomoc, kiedy coś je martwi lub denerwuje. Zostało pokazane, że programy takie jak „Bądź bezpieczny” są najbardziej efektywne, kiedy rodzice / opiekunowie biorą w nich udział

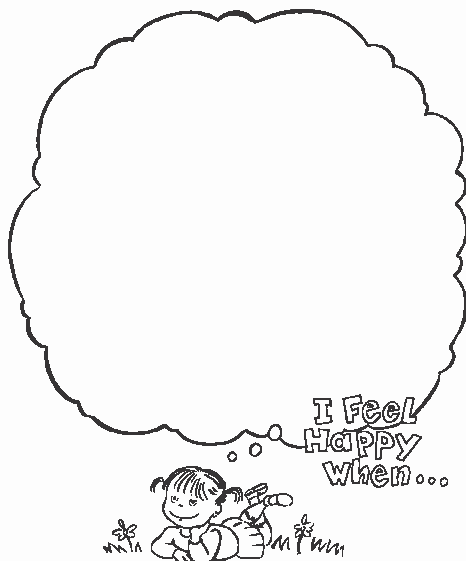
Zanim program zostanie wprowadzony w szkole Twojego dziecka możesz zostać zaproszony na spotkanie rodziców, na którym program zostanie omówiony i na którym będziesz miał możliwość zadawania pytań.

Dziecko będzie otrzymywać jako zadanie domowe materiały, które będą używane na lekcjach. Może też przynieść je dla Ciebie, abyś je podpisał. (Ilustracje, które znajdują się na stronach broszury pochodzą z materiałów, które otrzymają dzieci.) Ważne jest, abyś używał ich do omawiania ze swoim dzieckiem treści lekcji. Używanie ich da Ci wgląd na to, czego uczy się Twoje dziecko oraz możliwość omówienia poruszonych zagadnień w bardziej, niż to jest czynione w klasie, osobisty sposób. Da Ci również możliwość przedyskutowania zagadnień związanych z bezpieczeństwem osobistym Twojego dziecka i wyjaśnienia zasad bezpieczeństwa, które obowiązują w Twojej rodzinie.

Dzieci czasami posługują się tymi materiałami, aby powiedzieć rodzicom / opiekunom o swoich problemach..

Zanim program się rozpocznie:

- Upewnij się, że zaznajomiłeś się z tematami lekcji tak, jak jest to przedstawione w następnym rozdziale
- Porozmawiaj ze swoim dzieckiem o programie. Wyjaśnij mu, że ten program będzie go uczył, jak zachować bezpieczeństwo
- Zdecyduj o czasie, który przeznaczysz na dyskusje o tematach z materiałów.



TEMATY LEKCJI

Podczas programu „Bądź bezpieczny” omawianych jest pięć tematów:

Poczucie bezpieczeństwa / zagrożenia

Nękanie

Dotykanie

Sekrety i wyjawianie sekretów

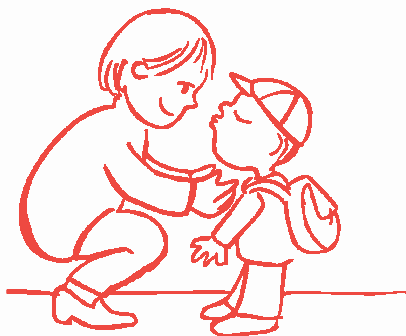
Nieznajomi

Każdy temat jest omawiany w taki sposób, że kładzie się nacisk na pozytywne doświadczenia podczas, gdy jednocześnie mówi się o momentach, kiedy dziecko może nie czuć się bezpiecznie, może czuć się zagrożone albo przestraszone.

Podczas dyskusji w klasie odgrywane są scenki, a także powtarza się pewne rzeczy. Dzieci uczą się prostych strategii bezpieczeństwa po to, aby umiały sobie poradzić z problemami. Dzieci uczą się, że muszą zawsze mówić o nich osobie dorosłej, która może pomóc. Główne przesłanie, którego uczą się dzieci to:

- Powiedz „Nie”
- Uciekaj i powiedz dorosłemu

Treść każdego tematu jest przedstawiona na następnych stronach razem z sugestiami, które mogą pomóc, gdy będziesz omawiał któryś z nich razem ze swoim dzieckiem.



NĘKANIE

W tym rozdziale dzieci uczą się:

- Doceniać przyjaźń
- Umiejętności znajdowania i utrzymywania przyjaciół
- Rozróżniać rodzaje nękania i o efektach nękania
- Że nie ma niewinnych świadków, jeśli chodzi o nękanie
- Jak sobie radzić, jeśli są nęcane – że powinny szukać pomocy u dorosłego, jeśli mają problem z nękaniami
- Że nękanie innych nie będzie akceptowane.

Sugestie dla Rodziców / Opiekunów

Porozmawiaj ze swoim dzieckiem o tym, jaka przyjaźń jest ważna.

Omów ze swoim dzieckiem problem nękania. Porozmawiaj ze swoim dzieckiem o tym, dlaczego powinno zawsze szanować i nigdy nie nękać innych.

Zapytaj swoje dziecko czy kiedykolwiek było nęcane i przypomnij mu o zasadach programu „Bądź bezpieczny”: Powiedz „Nie”, uciekaj i powiedz o tym dorosłemu. Porozmawiajcie o momentach, kiedy bezpiecznie jest powiedzieć „nie” osobie, która nęka. Podkreśl to, że dziecko nigdy nie powinno się wstydić lub bać się powiedzieć dorosłemu, nawet jeśli zrobiło coś złego.

Przejdź stronę na 17, gdzie znajdziesz dodatkowe informacje na temat nękania.

POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA I ZAGROŻENIA

W tym rozdziale dzieci uczą się:

- Rozpoznawać i opisywać sytuacje, w których czują się niepewnie / zagrożone (poczucia bezpieczeństwa i zagrożenia są czasami nazywane poczuciami „tak” i „nie”)
- Przewidywania potencjalnie niebezpiecznych sytuacji
- Sposobów radzenia sobie ze zwykłymi sytuacjami, w których mogą czuć się zagrożone, jak np. zgubienie się
- Że zawsze powinny mówić dorosłemu (rodzicowi / opiekunowi / niani) o każdej sytuacji, którą uważają za niemiłą lub groźną.

Sugestie dla Rodziców / Opiekunów

Omów ze swoim dzieckiem momenty, kiedy czuje się ono bezpiecznie i kiedy czuje się zagrożone oraz poproś o przykłady z lekcji.

Porozmawiaj ze swoim dzieckiem o tym, co powinno robić, kiedy ktoś za nim idzie, jeśli się zgubi, jeśli nieznajomy zapuka do drzwi bądź zadzwoni telefonem.

Zachęć swoje dziecko, aby mówiło dorosłemu o wszelkich sytuacjach, w których nie czuje się bezpiecznie, czuje się złe, zmieszane czy zmartwione.

DOTYKANIE

W tym rozdziale dzieci uczą się:

- Wartościować i cieszyć się normalnym uczuciem
- Rozumienia znaczenia słów osobiste i prywatne
- Co zrobić, kiedy dziecko będzie dotykane w sposób jakiego nie chce albo uważa, że jest to niebezpieczny dotyk
- Nigdy nie dotykać innej osoby w taki sposób, którego ona nie aprobuje
- Szanować prawa innych
- Że w porządku jest powiedzieć „Nie” osobie, która poprosi dziecko, aby zrobiło coś złego lub niebezpiecznego – nawet jeśli prosi o to osoba dorosła
- Nigdy nie trzymać w tajemnicy tego, że ktoś je dotyka

Od pierwszej lekcji dzieci uczą, że niektóre części ich ciała są często dotykane – ludzie będą podawać im rękę, poklepywać po głowie albo obejmować. Dzieci są także uczone, że niektóre części ciała są prywatne i nie są często dotykane, chyba, że są myte lub badane przez lekarza lub pielęgniarkę. I czy lekarz zapyta dziecko, żeby utrzymało to w tajemnicy? Oczywiście nie!

Dzieciom tłumaczy się, że prywatne części ciała to te, które są zakryte bielizną albo kostiumem kąpielowym. Dzieci uczą się, że w porządku jest powiedzieć „Nie” osobie dorosłej, jeśli ta poprosi dziecko o zrobienie czegoś złego lub niebezpiecznego. Dzieci są zachęcane do tego, aby mówiły dorosłemu, jeśli ktoś poprosi je, aby utrzymały w tajemnicy, że je dotykał.

Sugestie dla Rodziców / Opiekunów

Porozmawiaj ze swoim dzieckiem o rodzajach dotyku, które lubi i których nie lubi.

Powiedz swojemu dziecku, że w porządku jest powiedzieć „Nie” osobie dorosłej, jeśli ta poprosi dziecko o zrobienie czegoś, co dziecko uważa za niebezpieczne. Przypomnij swojemu dziecku, że w porządku jest powiedzieć „Nie” osobie dorosłej, która dotyka je w sposób, którego dziecko nie lubi – np. niektóre dzieci nie lubią być łaskotane, przytulane czy całowane przez pewnych dorosłych.

Omów ze swoim dzieckiem dobry i zły dotyk i zasady, o których uczyło się w szkole: powiedz „Nie”, uciekaj i powiedz o tym dorosłemu. Powiedz swojemu dziecku, aby nigdy nie utrzymywało w tajemnicy tego, że ktoś je dotknął i że zawsze powinno o tym powiedzieć dorosłemu.

SEKRETY I WYJAWIANIE SEKRETÓW

W tym rozdziale dzieci uczą się:

- Rozróżniać dobre sekrety od złych
- Że nie powinny nigdy trzymać dla siebie złych sekretów
- Znaleźć odpowiednią osobę, której powinny powiedzieć, że mają problem
- O tym, że trudno jest mówić o rzeczach, które dotyczą przekupstwa lub nękania
- Jak mówić – i żeby mówić tak długo, aż uzyskają pomoc.

Sugestie dla Rodziców / Opiekunów

Rozmawiaj ze swoim dzieckiem o sekretach. Wyjaśnij różnice pomiędzy dobrym i złym sekretem. Dobre sekrety są jak niespodzianki. Złe sekrety sprawiają, że dzieci czują się przestraszone, zdenerwowane i mogą dotyczyć gróźb i przekupstwa.

Rozmawiaj ze swoim dzieckiem o tym, co powinno zrobić, kiedy ktoś poprosi je o dotrzymanie złego sekretu. Podkreśl, że nikt nie ma prawa prosić kogokolwiek, aby dotrzymywał złego sekretu i że zawsze powinno powiedzieć dorosłemu o złym secrecie.

Upewnij się, że Twoje dziecko wie, że może przyjść do Ciebie, jeśli ma problem. Poświęć swój czas na słuchanie dziecka, ponieważ jest to bardzo ważne. Jest bardziej prawdopodobne, że dziecko przyjdzie do Ciebie, kiedy coś je gnębi czy martwi, jeśli wie, że zostanie wysłuchane. Słuchanie i reagowanie na to, co mówi dziecko pokazuje, że interesujesz się jego problemami.

Omów z dzieckiem to, jak istotne jest wyjawianie sekretów i upewnij się, że Twoje dziecko wie, że nie powinno nigdy wstydzić się bądź bać powiedzieć, że ma problem. Pomóż swojemu dziecku stworzyć listę osób dorosłych, do których może podejść i poprosić o pomoc. Powinni to być ludzie, którym Ty i Twoje dziecko ufacie i z którymi Twojemu dziecku będzie się łatwo skontaktować. Wy tłumacz, że dorośli mogą być zajęci i czasami nie usłyszą dobrze, co zostało powiedziane. Omów, co powinno zrobić, kiedy dorosły nie słucha lub nie rozumie.



NIENZAJOMI

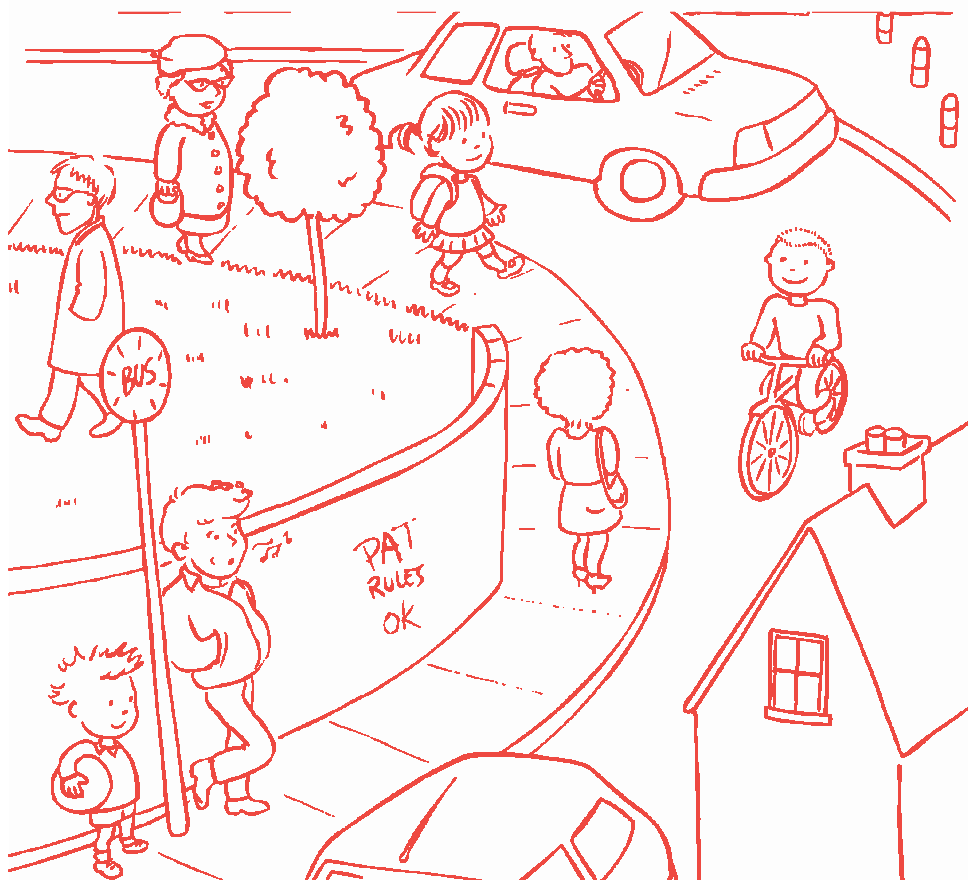
W tym rozdziale dzieci uczą się:

- Że nieznajomy to każda osoba, której dziecko nie zna
- Że większość nieznajomych to mili ludzie
- Nigdy nie odchodzić nigdzie z nieznajomym i nic nie brać od nieznajomych.

Sugestie dla Rodziców / Opiekunów

Omów ze swoim dzieckiem znaczenie słowa „nieznajomy”. Ważne jest, aby podkreślić, że większość nieznajomych to mili ludzie i że czasami polegamy na nieznajomych, kiedy mamy kłopoty, ale jednocześnie są pewne zasady, których dzieci powinny przestrzegać w kontaktach z nieznajomymi.

Zapytaj swoje dziecko, co zrobiłoby w różnych sytuacjach z nieznajomymi, takich jak np. kiedy nieznajomy zapyta o drogę albo zaoferuje podwiezienie. Podkreśl, że nie jest niegrzecznie odmówić rozmowy z nieznajomym, jeśli dziecko nie czuje się bezpiecznie. Omów z dzieckiem ogólne zasady: powiedz „Nie”, uciekaj i powiedz dorosłemu.





DZIECI O SPECJALNYCH POTRZEBACH

Dzieci niepełnosprawne potrzebują umiejętności dbania o swoje bezpieczeństwo osobiste. Ostatnie badania pokazały, że niepełnosprawne dzieci częściej padają ofiarą molestowania niż dzieci sprawne z następujących powodów:

- Słabe umiejętności porozumiewania się
- Ograniczona zdolność wyczuwania niebezpieczeństwa
- Potrzebują pomocy w sprawach intymnych, takich jak: mycie i korzystanie z toalety
- Brak możliwości poruszania się
- Polegają na dorosłych w wielu kwestiach
- Rożnorodność opiekunów i miejsc, w których bywają
- Potrzeba uwagi, przyjaźni, uczucia
- Nikłe poczucie pewności siebie i ograniczona asertywność
- Strach przed tym, że się im nie uwierzy
- Ograniczone pojęcie o seksualności i zachowaniach seksualnych.

Dzieci niepełnosprawne częściej cierpią z powodu niskiej samooceny, poczucia odosobnienia i niemocy.

Dzieci o niepełnosprawności rozwijającej się są w grupie większego ryzyka i częściej są ofiarami.

JEŚLI TWOJE DZIECKO JEST NIEPEŁNOSPRAWNE

Jako rodzic / opiekun dziecka niepełnosprawnego wiesz, że potrzebujesz dodatkowej pomocy dla swojego dziecka, a także, że inni dorośli / opiekunowie pojawiają się w życiu Twojego dziecka. Musisz jednak wiedzieć, że ważne jest, abyś zachęcał swoje dziecko, aby było niezależne i pewne siebie, jeśli to możliwe.

Możesz rozwinąć pewność siebie u swojego dziecka oraz jego niezależność poprzez:

- Podkreślanie siły swojego dziecka
- Pozwolenie swojemu dziecku na podejmowanie decyzji i danie wyboru
- Zachęcanie do tego, aby samo się ubierało, dbało o swoją higienę i czystość
- Rozwój odpowiednich umiejętności zachowywania się w towarzystwie
- Nauczenie swojego dziecka jak wymówić lub napisać jego imię, nazwisko adres oraz numer telefonu
- Nauczenie swojego dziecka pytania o drogę oraz wykonywania telefonów alarmowych
- Uznawanie potrzeby godności i prywatności dziecka. Ważne jest, aby mieć zasady dotyczące tego, kto zajmuje się intymnymi potrzebami dziecka i upewnić się, że dziecko nie czuje się nieswojo w związku z tym, kto się nim zajmuje. Zawsze powinno się dziecku wytłumaczyć, co jest robione i dlaczego

- Omówienie sytuacji „Co jeśli” ze swoim dzieckiem. Dzieci niepełnosprawne mogą potrzebować specyficznych zasad dla każdej sytuacji. Będą musiały przećwiczyć te zasady oraz poćwiczyć mówienie „Nie”
- Upewnienie się, że Twoje dziecko rozumie słowa: „bezpieczny”, „niebezpieczny”, „prywatny”, „nieznajomy”, „zaufanie”, „prawa” itp.
- Stosowanie niektórych spośród sugestii dla Rodziców / Opiekunów wypisanych w poprzednim rozdziale, które pasują Tobie i dziecku. Np. jeśli Twoje dziecko ma problemy z mówieniem, ważne jest, aby znaleźć inny sposób, w który może poinformować Cię, że jest smutne i potrzebuje pomocy.

PROGRAM „BĄDŹ BEZPIECZNY” DLA DZIECI O SZCZEGÓLNYCH POTRZEBACH

Zagadnienie umiejętności dotyczących bezpieczeństwa osobistego dla dzieci mających trudności w nauce zostało stworzone w ramach Programu Zapobiegania Przemocy wobec Dzieci, aby pomóc w nauczaniu dzieci o specjalnych potrzebach radzenia sobie w sytuacjach niebezpiecznych. Mimo, iż program skierowany jest do dzieci niepełnosprawnych w wieku od 6 do 13 lat, może on być również zastosowany dla dzieci o specjalnych potrzebach w starszym wieku.

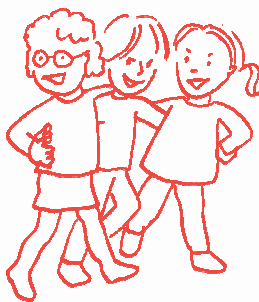
Na lekcjach w ramach tego programu przerabiane są te same tematy, co w programie głównym i podzielone są na pięć kategorii, aby objąć dzieci o potrzebach specjalnych cierpiących z powodu: wady wzroku, niepełnosprawności fizycznej, trudności w nauce poznawczej, wady słuchu, problemów emocjonalnych i behawioralnych.



Można korzystać z materiałów ze wszystkich pięciu kategorii w zależności od potrzeb dziecka. Podczas lekcji korzysta się z trzydziestu arkuszy. Nauczyciele mogą także dodatkowo dodatkowo skorzystać z lekcji głównego nurtu programu „Bądź bezpieczny”.

Dzieci o specjalnych potrzebach będą potrzebowały więcej czasu na pracę nad umiejętnością zapewniania sobie bezpieczeństwa. Być może będziesz chciał omówić z nauczycielem swojego dziecka sposób, w jaki możesz wspierać nauczanie treści programu swojego dziecka.

NĘKANIE



Czym jest nękanie?

Nękanie można zdefiniować jako powtarzające się agresywne zachowanie o naturze słownej, fizycznej lub emocjonalnej. Nękać mogą grupy albo pojedyncza osoba, a nękanie może mieć miejsce wszędzie. Może ranić, zadawać ból, powodować szkody. Może powodować stres i wywoływać strach.

Nękanie może objawiać się poprzez:

Na tle fizycznym Bicie, popychanie, szczypanie, podstawianie nogi itp.

Naruszanie praw dziecka do własności np. zabieranie książek, pieniędzy, lunchu

Zmuszanie innego dziecka do zrobienia czegoś dla osoby nękającej, np. odrobienie jej pracy domowej lub wykonanie innej pracy.

Na tle słownym Wyzywanie

Raniące, obraźliwe czy upokarzające uwagi na temat dziecka wyglądu, zdolności, rodziny, rasy lub religii

Rozpowiadanie złośliwych, raniących czy nieprawdziwych plotek na czyjś temat

Na tle Emocjonalnym Umyślne wykluczanie lub izolowanie dziecka

Zastraszanie

Umniejszanie czyichś wysiłków

Okrażanie grupą pojedynczą osobę

Nękanie nie zawsze musi odbywać się twarzą w twarz. Osoby, które nękają często używają telefonów komórkowych i maili, aby przelać innym niemiłe wiadomości. Upewnij się, że Twoje dziecko wie, iż powinno zawsze powiedzieć, jeśli taką wiadomość otrzyma, a wysyłanie wiadomości o niemiłej treści jest niedopuszczalne. Name-calling.

Wszystkie formy nękania są krzywdzące i dość często trudne do wykrycia – w szczególności nękanie na tle słownym i emocjonalnym – a to w związku z tajemniczością, na której nękanie się opiera. W wielu przypadkach ofiary nękania są zbyt zastraszone, aby komuś o tym powiedzieć. Osoby nękające są z siebie najbardziej dumne, kiedy upokarzają i grożą swoim ofiarom do tego stopnia, że te są cicho.

Nie ma niewinnych świadków nękania. Wszyscy – rodzice, nauczyciele czy dzieci – musimy upewnić się, że Ci, którzy żyją wokół nas żyją życiem wolnym od nękania.

SKĄD MOŻESZ WIEDZIEĆ, ŻE TWOJE DZIECKO JEST NĘKANE?

Poniżej wypisujemy na co trzeba zwracać uwagę, aby wiedzieć się, czy Twoje dziecko jest ofiarą nękania. Ważne jest jednak, aby zawsze pamiętać, że ‘oznaki’ nękania mogą także być oznakami innych problemów. Po spostrzeżeniu pojedynczej oznaki nie można jeszcze wnioskować, że kategorycznie ma miejsce nękanie. Ważne jest, aby zbadać nietypowe zmiany w zachowaniu swojego dziecka.

Jeżeli Twoje dziecko jest ofiarą nękania może ono:

- Być bardziej niż zwykle zaniepokojone, poddenerowane, spięte
- Zacząć cierpieć na problemy ze snem, takie jak: koszmary nocne, moczenie się, bezsenność
- Mieć problemy z jedzeniem
- Mieć siniaki, zdrapania itp. niewiadomego pochodzenia
- Regularnie przychodzić do domu ze zniszczonymi lub zgubionym książkami, ubraniami i innymi rzeczami
- Stale pytać o pieniądze lub kraść pieniądze (aby zapłacić osobie, która je nęka)
- Zacząć nękać innych
- Zacząć chodzić niechętnie do szkoły lub na inne zajęcia
- Pogorszyć się w nauce
- Odizolować się lub wycofać
- Stawać się poddenerwowane, złe, kiedy pyta się je, czy ma problem
- Dzieci mogą robić wymówki na każdy z powyższych tematów.

CO MOŻESZ ZROBIĆ, JEŚLI PODEJRZEWASZ, ŻE TWOJE DZIECKO JEST OFIARĄ NĘKANIA?

Zapytaj Często dzieciom nie jest łatwo o tym powiedzieć, dlatego tak ważne jest, abyś sam wypytywał się dziecka o to, czy nie jest nękanie. Powiedz dziecku, że może Ci zawsze powiedzieć, jeśli ma problem.

Słuchaj Słuchaj tego, co mówi Ci Twoje dziecko. Jeśli Twoje dziecko czuje, że jest ofiarą nękania, potwierdź to.

Rozmawiaj Omów ze swoim dzieckiem ten problem i jak można go rozwiązać. Twoje dziecko nie powinno być zachęcane do odgrywania się na nękającym, ponieważ to grozi niebezpiecznymi konsekwencjami.

Poproź swojemu dziecku zrozumieć, że nękanie jest złe i że ofiary nigdy nie powinny się obwiniać, kiedy nękanie ma miejsce.

Zdobądź Informacje Dowiedz się, gdzie nękanie ma miejsce.

Jeśli nękanie ma miejsce w szkole porozmawiaj z wychowawcą dziecka oraz / lub dyrektorem szkoły. Być może będzie prościej, jeśli umówisz się na spotkanie. Ważne jest, abyś dysponował konkretnymi faktami, zanim podejmiesz dyskusję na forum szkoły. Jeśli nękanie dotyczy zajęć dodatkowych, na które uczęszcza Twoje dziecko, porozmawiaj z osobą, która je prowadzi. Wy tłumacz nauczycielowi lub osobie prowadzącej zajęcia, co się dzieje i jak czuje się Twoje dziecko. Porozmawiaj z nauczycielem lub osobą prowadzącą zajęcia o tym, co możecie zrobić wspólnie, aby nękanie nie miało więcej miejsca.

Poproś przyjaciół, którzy mogą wesprzeć Twoje dziecko – zaprosz przyjaciół do domu, aby bawili się razem z Twoim dzieckiem lub zabierz ich na rodzinny wypad.

Porozmawiaj z innymi rodzicami / opiekunami. Porozmawiaj z nimi o tym, jak możecie pracować wspólnie po to, aby wesprzeć się nawzajem oraz Wasze dzieci..



REAKCJA SZKOŁY

Zapobieganie nękaniu powinno być częścią spisanego regulaminu zachowania i dyscypliny obowiązującej w każdej szkole podstawowej i ponadpodstawowej.

Polityka szkoły, aby zwalczać zjawisko nękania, powinna zapewniać, że:

- Skarga Twojego dziecka zostanie rozparzona i zapisana
- Sytuacja zostanie wyjaśniona w możliwie najkrótszym czasie
- Twoje dziecko jest wspierane przez szkołę
- Incydent będzie rozpatrywany poufnie
- Jesteś stale informowany o postępie w sprawie.

PRAKTYCZNE RADY, KTÓRYCH MOŻESZ UDZIELIĆ SWOJEMU DZIECKU, KIEDY JEST NĘKANIE

Powiedz swojemu dziecku:

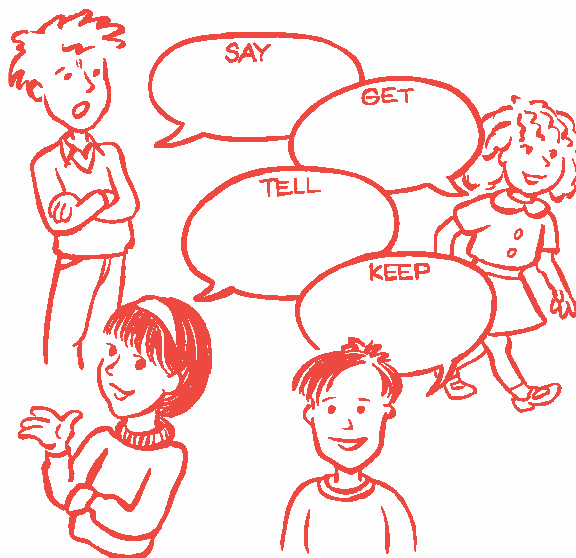
- Aby unikało sytuacji, w których będzie sam na sam z osobą nękającą
- Aby unikało sytuacji, w której będzie musiało stawić czoła osobie nękającej
- Aby odeszło w normalny sposób, kiedy zobaczy, że osoba nękająca podchodzi do niego
- Aby powiedział komuś z rodziców lub nauczycielowi o jakimkolwiek zaobserwowanym nękaniu – nawet, jeśli dotyczy kogoś innego
- Aby pamiętało zasady programu „Bądź bezpieczny”: Powiedz „Nie” – uniekaj – i powiedz dorosłemu, który może pomóc.

Nauczenie swojego dziecka poniższych wzorów zachowań może okazać się przydatne w sytuacjach, w których spotkanie z osobą nękającą jest nie do uniknięcia.

- Nie płakać i nie pokazywać w jakim jest się nastroju – to jest to, co osoba nękająca najczęściej chce zobaczyć
- Stać prosto i próbować wyglądać pewnie
- Mówić nie załamując głosu, czysto i powoli
- Patrzeć osobie nękającej w oczy i powiedzieć „Nie”. (Ćwiczenie w domu reagowania na wyśmiewanie czy szydercze kpiny może być bardzo przydatne.)

Większość dzieci, przy odrobinie pomocy, szybko pokonuje ten problem.

Personal SAFETY RULES



CO MOŻESZ ZROBIĆ, ABY UCHRONIĆ SWOJE DZIECKO PRZED NĘKANIEM?

Bardzo ważne jest, aby Twoje dziecko nauczyło się, że ma prawo powiedzieć „Nie” i mówić o każdej sytuacji, którą uważa za niekomfortową lub niebezpieczną.

Dziecko musi mieć dobrą samoocenę i umieć powiedzieć pewnie „Nie”. Im pewniejsze jest Twoje dziecko tym mniej prawdopodobne jest, że zostanie ofiarą molestowania. Możesz zbudować samoocenę i pewność siebie u swojego dziecka chwając je, zachęcając, rozmawiając z nim i słuchając go.

Zadbaj o to, aby dziecko miało możliwość przedyskutowania z Tobą swoich niewielkich trudności, problemów czy obaw. Słuchaj tego, co do Ciebie mówi.

Powiedz swojemu dziecku, że może Ci powiedzieć, jeśli ma problem. Zapamiętaj – jeśli Twoje dziecko nie może przyjść do Ciebie ze swoimi małymi problemami, jest mniej prawdopodobne, że przyjdzie z większymi.

Zobacz także stronę 4 o bezpieczeństwie osobistym.

CZEMU DZIECI NĘKAJĄ INNYCH?

Dzieci nękają innych z wielu powodów. Mogą zacząć nękać innych, ponieważ coś wydarzyło się w ich życiu, np. pojawiło się młodsze rodzeństwo, zmarł ktoś z rodziny, pawiła się nagła choroba bądź problem w rodzinie czy szkole.

Dzieci, które nękają inne dzieci często same są ofiarami nękania. Niektóre osoby nękające cierpią z powodu braku pewności siebie i mają niską samoocenę. Niektóre chcą zwrócić na siebie uwagę próbując zaimponować innym swoim złym zachowaniem. Dzieci, na których ciąży obowiązek odniesienia sukcesu za wszelką cenę mogą próbować nękać innych, aby osiągnąć sukces na tym polu.

CO MOŻESZ ZROBIĆ JEŚLI TWOJE DZIECKO NĘKA INNYCH?

- Porozmawiaj ze swoim dzieckiem i spróbuj się dowiedzieć na czym polega problem. Dzieciom, które są przygotowane na to, aby przyznać, że wystąpiło zjawisko nękania, będzie dużo prościej rozwiązać problem i zmienić swoje zachowanie. Powinny być do tego zachęcane.
- Nie można karać dziecka za nękanie poprzez nękanie go samemu. Bicie i krzyczenie na dziecko może tylko pogorszyć sytuację. Ważne jest, aby dziecko czuło, że Twoje wsparcie pomoże rozwiązać problem.

Dziecko, które nęka często jest bardzo zawstydzone, kiedy to wyjdzie na jaw i będzie potrzebowało zapewnienia z Twojej strony, że pomożesz mu odbudować pozycję wśród innych tak, aby wszyscy byli do niego pozytywnie nastawieni.

- Niektórzy młodzi ludzie mogą sobie nie zdawać sprawy, że są ofiarami nękania. Inni umyślnie prowokują, aby ich zraniono. Powiedz swojemu dziecku, że nękanie jest złe. Powiedz mu, jak czuje się ofiara. Rozmawiaj z dzieckiem tak, aby zrozumiało położenie ofiary.
- Skontaktuj się z nauczycielem / dyrektorem szkoły i powiedz, że wystąpił problem. Rodzice i nauczyciele pracując wspólnie mogą pomóc dziecku. Inni ludzie, który przejmują się losem Twojego dziecka, również mogą pomóc rozwiązać problem.

CZEGO MOŻESZ OCZEKIWAĆ OD SZKOŁY?

Polityka szkoły, aby przeciwdziałać zjawisku nękania powinna nakreślać sposób, w jaki szkoła radzi sobie z przypadkami nękania. Powinna zapewniać:

- To, że Twoje dziecko zostanie wysłuchane
- Jasne informacje na temat natury takich przypadków
- Informacje o tym, jakie kroki zostaną podjęte w następnej kolejności. Być może Ty i Twoje dziecko będziecie musieli podpisać umowę albo zostaną nałożone sankcje.
- Poufność
- System wsparcia dla osoby nękającej
- Że sytuacja będzie monitorowana, a rodzice informowani.

Departament Edukacji i Nauki wydał przewodnik o nękaniu dla wszystkich szkół.

MOLESTOWANIE DZIECI

Trudno jest zrozumieć, dlaczego ktoś chciałby zranić dziecko lub sprawić, żeby czuło się źle samo ze sobą. Ale jakakolwiek jest przyczyna, molestowanie jest zawsze złe i nie dzieje się z winy dziecka. Zawsze winna jest osoba molestująca.

Możemy wyróżnić cztery rodzaje molestowania – zaniedbanie, molestowanie emocjonalne, molestowanie fizyczne i molestowanie seksualne.

Dziecko może zostać poddane jednemu lub więcej niż jednemu rodzajowi molestowania w danym czasie.

RODZAJE MOLESTOWANIA

Zaniedbanie Występuje wtedy, kiedy potrzeby dziecka, takie jak potrzeba jedzenia, ciepła, schronienia, nie są zaspokajane do takiego stopnia, że dziecko bardzo cierpi.

Molestowanie fizyczne Występuje, kiedy dziecko jest atakowane i naumyślnie zadaje się mu rany.

Molestowanie emocjonalne Występuje, kiedy potrzeby dziecka, takie jak potrzeba okazywania uczuć, akceptacji i bezpieczeństwa, nie są zaspokajane przez jakiś czas przez rodzica czy opiekuna.

Molestowanie seksualne Występuje, kiedy dziecko jest wykorzystywane w celu zaspokojenia potrzeb seksualnych innych.

Bardziej szczegółowe informacje dostępne są w *Dzieci są najważniejsze: Narodowy Przewodnik na temat Ochrony i Dobra Dziecka (Children First: National Guidelines for the Protection and Welfare of Children.)* broszurze wydanej przez Departament Zdrowia i Dzieci (1999 r.)

PRZYKŁADY OZNAK MOLESTOWANIA

Następujące przykłady zachowań mogą wskazywać na to, że doszło do molestowania, ale ważne jest, aby pamiętać, że można też dane zachowanie wytłumaczyć w inny sposób. Wiele „oznak” molestowania może być także „oznakami” innych problemów. *Po spostrzeżeniu pojedynczej oznaki nie można jeszcze wnioskować, że katerycznie ma miejsce nękanie.*

Ważne jest, aby pamiętać, że niektóre dzieci mogą nigdy nie dać po sobie poznać, że są molestowane. Czasami dziecko może wyglądać bardzo normalnie, ale rodzice / opiekunowie powinni dalej czujnie obserwować. Zawsze ważne jest, aby sprawdzić nietypowe zmiany w zachowaniu swojego dziecka.

Zaniedbanie Zapewnienie nieodpowiedniego pożywienia, odzieży, miejsca schronienia

Dzieci stale pozostawiane samym sobie bez odpowiedniej opieki i nadzoru

Wystawienie na niebezpieczeństwo

Nie dbanie o to, aby dziecko uczęszczało do szkoły

Nieodpowiednia opieka lekarska

Wykorzystywanie i obarczanie pracą.

Molestowanie fizyczne Obrażenia niewiadomego pochodzenia, takie jak: siniaki, oparzenia wodą czy ogniem, ugryzienia, ślady

Nieleczone i powtrajające się obrażenia.

Molestowanie emocjonalne Brak jakichkolwiek pochwał, zachęcania, miłość, więzi, lub stymulacji

Odrzucenie, poważna nadopiekuńczość

Nieodpowiednie niefizyczne kary, np. zamykanie w pokoju na dłuższy czas

Wystawianie na domową przemoc

Nieodpowiednie oczekiwania dotyczące zachowania dziecka

Ciągłe dokuczanie słowne poprzez krytykę, ośmieszanie, groźby

Każde dziecko, które jest zaniedbywane albo molestowane seksualnie lub fizycznie jest także molestowane emocjonalnie.

Molestowanie seksualne Sugestie o czynnościach seksualnych

Niedwuznaczne zachowanie seksualne albo zabawa zabawkami lub z innymi

Nadwiek zaawansowana znajomość zagadnień związanych z seksualnością, np. dziecko może być w stanie opisać czynności seksualne lub narysować obrazki o wyraźnie seksualnej treści.

Nietypowa niechęć do uczestniczenia w codziennych czynności, w których skład wchodzi rozbieranie, np. gry / pływanie

Ból, swędzenie, siniaki, pęcherze, krwawienie albo infekcja w miejscach intymnych, które mogą powodować trudności w chodzeniu lub siedzeniu.

MOLESTOWANIE SEKSUALNE DZIECI

Molestowanie seksualne dzieci jest często najbardziej trudną do wykrycia formą molestowania w związku z atmosferą tajemniczości, na której się opiera. Rzadko składa się z pojedynczego incydentu i czasami trwa przez całe lata. W wielu przypadkach, sprawca molestowania sprawia, że ofiara czuje się winna tego, co ma miejsce.

Molestowanie seksualne dziecka może przybierać różne formy, od incydentów takich jak: nieprzystwoite pokazywanie siebie i obsceniczne telefony do molestowania, w którego skład wchodzi pełen stosunek płciowy. Nawet na pozór mały incydent może mieć wpływ na dziecko i błędem jest zakładać, że molestowanie jest poważne tylko wtedy, kiedy opiera się na stosunku płciowym.

Kim są ofiary?

Dzieci mogą zostać ofiarami molestowania w każdym wieku – od niemowlęstwa do dojrzałości. Dzieci najbardziej narażone to te pomiędzy czwartym a jedenastym rokiem życia. Dzieci obu płci narażone są tak samo. Chłopcom może być trudniej wyjawnić, że są ofiarami. Dzieci z wszelkich środowisk mogą być ofiarami. Dzieci nie w pełni sprawne są bardziej wrażliwe i dlatego są w grupie wyższego ryzyka. (zobacz rozdział 'Dzieci o specjalnych potrzebach, strona 14).

Kim są osoby, które molestują?

Osoby które molestują mogą być płci męskiej lub żeńskiej, w każdym wieku i z każdego środowiska.

Wiele spośród osób molestujących, o których wiemy, to nastoletni mężczyźni lub mężczyźni po 20. roku życia.

Osoba molestująca seksualnie zazwyczaj będzie starała się stworzyć szczególną więź z dzieckiem – dziecko jest wybierane, pielęgnowane, testowane i ostatecznie molestowane.

Molestowanie seksualne jest nałogowe i powszednie dla osoby molestującej. Najczęściej molestowania seksualne jest popełniane przez kogoś, kogo dziecko zna i komu ufa, np. członka rodziny, osobę bliską, opiekuna czy sąsiada.

ZMIANY W ZACHOWANIU, PROBLEMY EMOCJONALNE, KTÓRE MOGĄ WSKAZYWAĆ NA MOLESTOWANIE SEKSUALNE

- Bardzo agresywne zachowanie lub wycofanie się
- Brak koncentracji (inne wyniki w szkole)
- Moczenie się podczas snu, plamienie, problemy skórne, nietypowe skarżenie się (ból głowy i inne bóle)
- Koszmary nocne, inne godziny snu, utrata apetytu
- Nadmierny strach przed dorosłymi
- Problemy w stosunkach z osobami dorosłymi i innymi dziećmi
- Niska samoocena i nikła pewność siebie
- Uciekanie (powszechne wśród molestowanych nastolatków).

Pamiętaj - Po spostrzeżeniu pojedynczej oznaki nie można jeszcze wnioskować, że kategorycznie ma miejsce molestowanie. Zawsze ważne jest, aby sprawdzić nietypowe zmiany w zachowaniu swojego dziecka.

SKUTKI MOLESTOWANIA DZIECI

Skutki molestowania różnią się w zależności od ofiary i zależą od wieku ofiary, jej relacji z osobą molestującą i zakresu molestowania. Być może najbardziej i najdłużej cierpi dziecko, które odczuwa zdradę wobec osoby, która dziecko wykorzystuje, w szczególności, kiedy relacje pomiędzy ofiarą a osobą molestującą są zażyłe.

Skutki molestowania mogą pozostać w ukryciu przez wiele lat oraz mogą często zostać wywołane przez wydarzenia w późniejszym etapie życia, np. poprzez początek dojrzewania, małżeństwo, narodziny dziecka.

Dzięki leczeniu i terapii większość ofiar godzi się z przeszłością i może dalej prowadzić normalne życie.

CZEMU DZIECKO NIKOMU NIE POWIE?

Dziecku może być trudno powiedzieć, ponieważ:

- Może zostać przekupione lub grożono mu, aby nie wyjawiało sekretu o molestowaniu
- Czasami osoba molestująca sprawia, że dziecko wierzy, że molestowanie jest normalne i akceptowane
- Może nie znać słów, którymi by mogło powiedzieć, co się stało
- Osoba molestująca może próbować sprawić, że dziecko czuje się winne i odpowiedzialne za molestowanie.

Czasami dzieciom się nie wierzy. Zakłada się, że zmyślają historie albo wyobrażają sobie różne rzeczy. Ale dzieci rzadko zmyślają na temat molestowania.

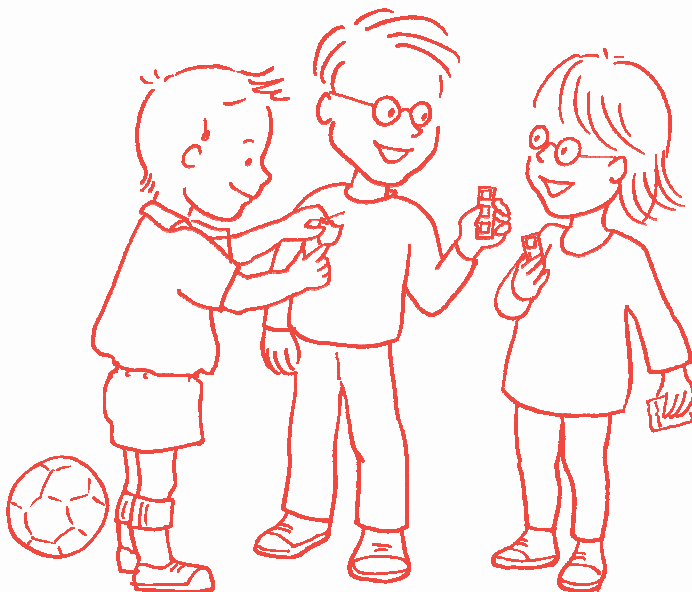
CO POWINIENIŚ ZROBIĆ, JEŚLI PODEJRZEWASZ, ŻE TWOJE DZIECKO JEST MOLESTOWANE

Może być trudno ustalić czy Twoje podejrzenia względem tego, czy Twoje dziecko jest molestowane są prawdziwe. Zanim zaczniesz działać w tej sprawie musisz zastanowić się czy istnieje jakieś inne wyjaśnienie i zadać sobie kilka z poniższych pytań:

- Czy jest jakikolwiek inny powód dlaczego dziecko czy rodzic zachowuje się w szczególny sposób?
- Czy jest jakiś szablon takiego przypadku?

- Czy Ty lub ktokolwiek inny widział, co się działo?
- Czy dziecko powiedziało coś, co mogłoby wskazywać na to, że zostało skrzywdzone?
- Czy oznaki lub obrażenia mogły by spowodowane w jakiś inny sposób?

Jeżeli przemyślałeś te pytania i wciąż się martwisz możliwe, że masz istotne powody do tego, aby podjąć jakieś kroki. Ważne jest, aby pamiętać, że każdy ma obowiązek ochrony dzieci i współpracy z osobami kompetentnymi, jeśli zajdzie taka potrzeba.



CO POWINIENES ZROBIĆ JEŚLI DZIECKO POWIE CI O MOLESTOWANIU?

- Wysłuchaj swoje dziecko. Nie naciskaj i nie zmuszaj dziecka, aby Ci coś powiedziało
- Zaakceptuj to, że dziecko ma niemiłe doświadczenia. Nie udawaj, że nie ma problemu, nawet jeśli jest bardzo poważny
- Kontroluj swoje uczucia, bądź spokojny, staraj się nie panikować
- Straj się, aby dziecko czuło się komfortowo i zapewnij je, że nie ma się czuć winne oraz że miało prawo powiedzieć, o tym, co się wydarzyło.
- Działaj szybko – nie zwlekaj ze znalezieniem pomocy
- Jeśli myślisz, że dziecko jest molestowane albo, że istnieje takie ryzyko ze strony kogoś z rodziny lub z zewnątrz skontaktuj się z pracownikiem socjalnym lub inną osobą kompetentną w kwestii zdrowia w lokalnym ośrodku zdrowia (local health board center). Jeśli jest to nagły wypadek poza godzinami urzędowania ośrodka zgłoś przypadek na posterunku policji (An Garda Síochana). Zgodnie z prawem, żadna osoba nie zostanie ukarana za dokonanie zgłoszenia o molestowaniu dziecka w ośrodku bądź na policji, jeśli zgłoszenie dokonane zostało w dobrej intencji.

Departament Edukacji i Nauki wydał przewodnik dla wszystkich rodziców opisujący procedury, które powinny mieć miejsce, jeśli podejrzewa się molestowanie lub ktoś zainsynuuje bądź wyjawi informacje na temat molestowania.

DOROŚLI, KTÓRZY PRZEŻYLI MOLESTOWANIE W DZIECIŃSTWIE

Niektórzy czytający tę broszurę mogli być molestowani jako dzieci. Wielu poradzi sobie z tym przy pomocy rodziny i przyjaciół. Dorośli, którzy doświadczyli molestowania w dzieciństwie często potrzebują porozmawiać o tym z kompetentną osobą – taką jak np. zawodowy doradca – w bezpiecznej i poufnej atmosferze. Istnieje kilkanaście organizacji zapewniających wsparcie i służących radą podczas spotkań. (Zapoznaj się z listą właściwych organizacji znajdującej się na końcu broszury.) Pracownik socjalny z Twojego lokalnego ośrodka zdrowia może również udzielić Ci rady.

Pamiętaj – z pomocą, dzieci mogą poradzić sobie z nękaniami i molestowaniem w przeszłości i prowadzić normalne, szczęśliwe życie.



BEZPIECZEŃSTWO W INTERNECIE

Dzieci coraz więcej korzystają z Internetu szukając w nim zarówno zabawy, jak i pomocy naukowych. Podczas, gdy Internet jest rzeczywiście źródłem wspaniałych rzeczy może być także źródłem niebezpieczeństw czyhających na korzystających z Internetu i bardzo sensownie jest powziąć pewne środki bezpieczeństwa. Dzieci mogą wejść na strony zawierające treści pornograficzne, rasistowskie i o przemocy. Mogą także otrzymać nagabujący email o niemiłej treści. Mogą też skończyć w sposób taki, że będą spędzały stanowczo za dużo czasu online zaniedbując przyjaciół i inne czynności.

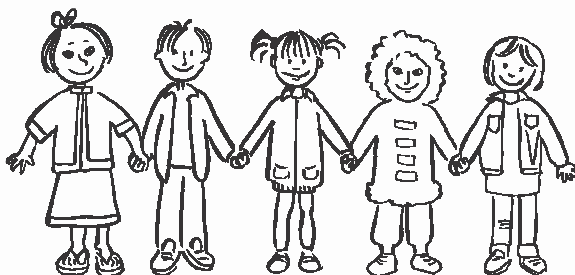
CO MOGĄ ZROBIĆ RODZICE?

- Postaw komputer w pokoju rodzinnym tak, aby rodzice mogli cały czas monitorować to, co jest na ekranie. To jest najprawdopodobniej najważniejsza rzecz, którą możesz zrobić, aby pomóc swojemu dziecku być bezpiecznym online.
- Zainteresuj się tym, co robią Twoje dzieci online. Namów je, aby powiedziały Ci o stronach, które odwiedzają, aby pokazały Ci jak korzysta się z poczty elektronicznej i chat roomów, jeśli jeszcze tego nie wiesz. Dowiedz się na jakie wchodzi strony, kiedy są w szkole.
- Porozmawiaj ze swoimi dziećmi o rodzajach stron internetowych i chat roomów, które są dla nich odpowiednie. Spraw, żeby wiedziały, że będziesz kontrolował je podczas, kiedy korzystają z sieci.
- Ogranicz korzystanie z Internetu do pewnych godzin.

Możesz sprawdzić historię oglądanych plików. Dostępne są programy filtrujące, które kontrolują dostęp do informacji w Internecie. Można je ściągnąć z następujących stron:
www.netnanny.com lub
www.cyberpatrol.com

UPEWNIJ SIĘ, ŻE TWOJE DZIECI ZNAJĄ NASTĘPUJĄCE ZASADY BEZPIECZEŃSTWA:

- Nigdy nie dawać swoich osobistych danych, takich jak: adres, numer telefonu, miejsce pracy i numer telefonu do pracy rodziców, czy też nazwa i adres szkoły bez pozwolenia.
- Nigdy nie wysyłać zdjęć i niczego innego przez Internet bez wcześniejszego zapytania się rodzica.
- Jeśli napotkają coś, co sprawi, że poczują się szczególnie niekomfortowo powinny wyłączyć komputer i powiedzieć od razu rodzicowi.
- Nigdy nie odpowiadać na złośliwe bądź niegrzeczne wiadomości.
- Nigdy nie używać wulgarnego języka podczas wysyłania wiadomości online.



Jeśli życzysz sobie przeczytać więcej na temat kwestii podjętych w tej broszurze, w dużych księgarniach i bibliotekach dostępne są materiały organizacji wymienionych na ostatniej stronie. Materiały w związku z programem „Bądź bezpieczny” dostępne są do wglądu w wielu bibliotekach. Można je także zakupić kontaktując się z nami:

The Child Abuse Prevention Programme, Bridge House, Cherry Orchard Hospital, Ballyfermot, Dublin 10.

Tel: 01-6206347

Możesz napisać do nas maila:

staysafe@indigo.ie

lub odwiedzić naszą stronę:

www.staysafe.ie

ORGANIZACJE

LOCAL HEALTH BOARD (LOKALNY OŚRODEK ZDROWIA)

Jeśli masz zmartwienia dotyczące dobra swojego dziecka albo obawiasz się, że Twoje dziecko może paść ofiarą molestowania, powinieneś skontaktować się z miejscowym ośrodkiem zdrowia. Zapoznaj się ze spisem lokalnych numerów.

BARNARDOS

Christchurch Square, Dublin 8, Tel (01) 4530355

Barnardo's jest organizacją działającą w celu poprawy jakości życia dzieci zapewniając zakres usług dla dzieci i ich rodzin.

BULLYING BEHAVIOUR RESOURCE AND RESEARCH CENTRE (CENTRUM BADAŃ NAD ZJAWISKIEM NĘKANIA)

Department of Teacher Education, Trinity College, Dublin 2
Tel: (01) 6081240

Świadczy usługi nauczycielom, rodzicom i innym poszukując informacji oraz doradzając w związku ze zjawiskiem nękania.

BULLYING HELPLINE (NĘKANIE - TELEFON ZAUFANIA) 0502-20598

Prowadzony przez Narodowe Stowarzyszenie Rodziców – Linia jest przeznaczona dla ofiar nękania i ich rodziców.

CAMPAIGN AGAINST BULLYING (KAMPANIA PRZECIWKO NĘKANIU)

Tel (01) 288 7976

C.A.B. jest organizacją ochotniczą, która zapewnia informacje i oferuje wsparcie oraz służy radą ofiarom i ich rodzinom w związku z nękaniami.

C.A.R.I. FOUNDATION (FUNDACJA C.A.R.I.)

110 Drumcondra Road. Dublin.

Tel: (01) 8308529,

2 Garryowen Road. Limerick

Tel: 061 413331

Świadczy usługi ofiarom molestowania oraz pozostałym członkom ich rodzin.

CHILDLINE (LINIA DLA DZIECI)

TEL: 1-800 666 666

Jest to serwis prowadzony przez ISPCC dla wszystkich dzieci, które mają kłopoty lub są w niebezpieczeństwie.

DISABILITY FEDERATION OF IRELAND (FEDERACJA IRLANDII NA RZECZ NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI)

2 Sandyford Office Park, Dublin 18.

Tel: (01) 295 9344

Celem Federacji jest pomoc organizacjom członkowskim w dostarczaniu możliwie najlepszych usług ludziom, których dotknęła niepełnosprawność.'

**GARDA-DOMESTIC VIOLENCE & SEXUAL
ASSAULT INVESTIGATION UNIT
(ODDZIAŁ POLICJI DO SPRAW
PRZEMOCY DOMOWEJ I NAPAŚCI
SEKSUALNEJ)**

Tel 6663430/34/37

Oddział ten świadczy usługi ludziom poprzez udzielanie informacji i rad. Monitoruje on i nadzoruje wszystkie sprawy molestowania dzieci, napaści na tle seksualnym, przemocy domowej oraz gwałtów w całym kraju.

ISPCC Tel: (01) 679 4944

The I.S.P.C.C. jest stowarzyszeniem chroniącym dzieci i na nich skoncentrowanym, którego głównym celem jest ochrona praw dziecka, aby mogło bezpiecznie iść przez życie.

**NATIONAL PARENTS' COUNCIL
(PRIMARY)
(NARODOWA RADA RODZICÓW)**

16 Cumberland Street South,
Dublin 2. Tel (01) 6789980

NPC reprezentuje spojrzenie rodziców na ważne organy szkolnictwa.

**PARENTLINE (LINIA DLA RODZICÓW)
TEL (018733500)**

Zapewnia linię telefoniczną, poprzez którą oferuje wsparcie rodzicom oraz służy im radą w szczególności, kiedy przechodzą trudny okres.

**RAPE CRISIS CENTRES (OŚRODKI
POMOCY OFIAROM GWAŁTU)**

Ośrodki pomocy ofiarom gwałtu oferują spotkania z doradcą oraz udzielają rad ofiarom gwałtu i napaści na tle seksualnym. Zapoznaj się ze spisem lokalnych numerów.

**VICTIM SUPPORT (WSPARCIE DLA
OFIAR)**

29/30 Dame Street, Dublin 2.

Tel: (01) 679 8673

Victim Support pomaga ludziom pogodzić się z faktem, że zostali ofiarami. Oferuje pomoc, wsparcie i wysłuchanie oraz służy radą wszystkim, którzy ucierpieli z powodu jakiegось przestępstwa.



**HEALTH
PROMOTION
UNIT**