

Moje **Bezpieczne**  Dziecko  
**Poradnik dla rodziców i opiekunów**

**Co powinieneś wiedzieć o wykorzystaniu seksualnym dzieci?  
Na co zwrócić uwagę ?  
Gdzie szukać pomocy?  
Jak uczyć dziecko bezpiecznych zachowań?**

*Szanowni Państwo*

*Oddajemy w Wasze ręce poradnik będący wynikiem współpracy policjantów z Komendy Wojewódzkiej Policji w Katowicach i psychologów z Regionalnego Ośrodka Metodyczno-Edukacyjnego Metis w Katowicach.*

*Dzięki zawartym w nim poradom i ważnym wskazówkom, dowiecie się Państwo jak możecie przyczynić się do podniesienia bezpieczeństwa dzieci w zakresie ich ochrony przed przemocą i wykorzystaniem seksualnym przez dorosłych.*

*Prezentujemy Państwu nie tylko informacje na temat zagrożeń, ale także praktyczne porady na temat możliwości edukowania własnego dziecka. Uczenie dziecka bezpiecznych zachowań, może w przyszłości ochronić je przed atakiem ze strony przestępcy a nawet uratować mu życie.*

*Przygotowaliśmy również specjalną kolorowankę, przy pomocy której, możecie Państwo rozpocząć rozmowę ze swoim dzieckiem na temat jego bezpieczeństwa. Bohaterem kolorowanki jest znany wielu dzieciom z wizyt w przedszkolach i szkołach pies Sznupek - maskotka śląskiej Policji. Wspólna zabawa z dzieckiem, może stać się okazją do wyposażenia go w wiedzę i umiejętności przydatne do rozpoznawania zagrażających mu sytuacji i reagowania na nie.*

*Autorzy*

## SPIS TREŚCI

### Część I

- 1.Co powinieneś wiedzieć o wykorzystaniu seksualnym dzieci?.....str. 4
- 2.Wykorzystanie seksualne dzieci a polskie prawo.....str. 4
- 3.Na co zwrócić uwagę? - sygnały ostrzegawcze.....str. 5
- 4.Co należy zrobić w sytuacji gdy dziecko padło ofiarą wykorzystania seksualnego?.....str. 7
- 5.Jak się zachować wobec dziecka, które zostało skrzywdzone?.....str. 8
- 6.O co najczęściej pytają rodzice?.....str. 8
- 7.Gdzie szukać pomocy? - wykaz instytucji.....str. 9

### Część II

1. Co mogę zrobić by zwiększyć bezpieczeństwo mojego dziecka?.....str. 10
2. Jak możesz przeprowadzić „domowy kurs bezpieczeństwa dla dzieci“ ..... str. 11
- 3.„SZNUPEK kontra OBCY” kolorowanka dla dzieci.....str. 14

# CZĘŚĆ I

## 1. CO POWINIENIEŚ WIEDZIEĆ O WYKORZYSTANIU SEKSUALNYM DZIECI?

Jak wynika z policyjnych statystyk, **wykorzystanie seksualne dzieci** wcale nie jest problemem marginalnym. Ofiarą przemocy seksualnej może zostać każde dziecko, a sprawca może niczym szczególnym nie wyróżniać się z otoczenia.

Warto wiedzieć, że **sprawcami** wykorzystywania seksualnego dzieci mogą być zarówno :  
osoby obce, które dziecko widzi pierwszy raz,  
osoby znane dziecku i/lub rodzicom z widzenia  
osoby dobrze znane dzieciom: przyjaciele rodziny, osoby z sąsiedztwa, opiekunowie, krewni.

**Dzieci** stają się ofiarami przestępstw seksualnych w wyniku przemocy fizycznej lub psychicznej. Sprawca może użyć siły fizycznej ale może również zmanipulować dziecko wywołując obawy o innych członków rodziny („mamie się coś stało- musisz ze mną iść“), albo zaciekać czymś dziecko („chodź, mam ślicznego pieska w samochodzie“), prosić o pomoc ( „czy możesz mi pokazać jak dojść do przystanku autobusowego?“), dać mu prezent („proszę - ta zabawka jest dla ciebie, a w domu mam jeszcze dużo innych“). Czasem taka manipulacja trwa dłużej, sprawca nie zdradzając swoich zamiarów próbuje najpierw zostać przyjacielem dziecka, zbudować z nim więź okazując zrozumienie, wyróżniając je i chwając.

**Dzieci** są z natury ufne, w procesie wychowania uczone są „słuchania dorosłych“. Osoby, które chcą je skrzywdzić, wiedzą o tym, a ponadto doskonale rozpoznają potrzeby dzieci. Stosują manipulację. To sprawia, że dziecku trudno uznać ich zachowanie za zagrożenie. A nawet jeśli dorosły przekracza jakieś granice i dzieci czują się niekomfortowo, nie wiedzą, co mogłyby zrobić, nie wiedzą, jak się bronić, a często nawet nie uświadamiają sobie, że sprawca robi coś złego.

## 2. WYKORZYSTANIE SEKSUALNE DZIECI A POLSKIE PRAWO

**Wykorzystywanie seksualne dziecka** – to aktywność seksualna z udziałem dziecka mogąca przyjmować różne formy.

W polskim prawie w sposób szczególny **chronione są dzieci do 15 roku życia**.

Wykorzystywanie seksualne dziecka jest **przestępstwem**, podlegającym **karze od 2 do 12 lat pozbawienia wolności**

Jest to **przestępstwo ścigane z urzędu**, prowadzenie spraw dotyczących przestępstw związanych z użyciem przemocy seksualnej nie wymaga wniosku osoby pokrzywdzonej.

Przestępstwo polegające na wykorzystaniu seksualnym dziecka ma miejsce nawet wtedy, jeżeli dziecko wyraziło na nie zgodę. Dla karalności tego czynu nie ma znaczenia stopień jego subiektywnie postrzeganej dojrzałości fizycznej czy fakt, że to dziecko uwodziło sprawcę – **zawsze winny jest sprawca**.

W przypadku gdy pokrzywdzonym jest małoletni, **przedawnienie karalności** przestępstw związanych z wykorzystaniem seksualnym nie może nastąpić przed ukończeniem przez tego pokrzywdzonego 30 roku życia.

Wykorzystywanie seksualne dzieci może przybierać **różne formy**:

- **bez kontaktu fizycznego** – rozmowy o treści seksualnej, pokazywanie narządów płciowych i czynności seksualnych, podglądanie, pokazywanie dziecku pornografii, fotografowanie i filmowanie dziecka w seksualnych pozach, uwodzenie dziecka przez internet,
- **z kontaktem fizycznym** – penetracja, dotykanie ciała dziecka, całowanie intymnych części ciała dziecka, ocieranie się, pobudzanie ręką narządów płciowych dziecka, zmuszanie dziecka do pobudzania narządów płciowych sprawcy,
- **seksualne wyzyskiwanie dzieci dla własnych korzyści majątkowych** – dziecięca pornografia i prostytutka.

**Reaguj !!!**

**Jeśli masz podejrzenia, że dziecko poniżej 15 roku życia padło ofiarą wykorzystywania seksualnego, zareaguj!**

**Zawiadom Policję, Prokuraturę lub Sąd.**

**Możesz skontaktować się osobiście, zadzwonić czy wysłać e-mail.**

**Możesz też zrobić to anonimowo.**

### ***3. NA CO ZWRÓCIĆ UWAGĘ ? SYGNAŁY OSTRZEGAWCZE***

#### **Zwróć uwagę, gdy Twoje dziecko:**

- nie chce zostawać sam na sam z kimś ze swojego otoczenia,
- nie chce chodzić na zajęcia dodatkowe lub odmawia wyjścia w konkretne miejsce,
- jest niespokojne, boi się jakiejś osoby dorosłej,
- boi się, że jemu lub jego bliskim stanie się coś złego,
- mówi o takich zachowaniach innych osób, które wskazują na możliwość wykorzystania seksualnego np. „wujek położył się ze mną do łóżka i przytulał, bo było mu zimno”,
- mówi, że ktoś kazał mu zachować tajemnicę, lub że ma tajemnicę.

#### **Zwróć uwagę, gdy ktoś ZNAJOMY:**

- zaczyna poświęcać dziecku wyjątkowo dużo czasu, nadmiernie się z nim zaprzyjaźnia,
- zaczyna zasypywać dziecko prezentami, zabawkami,
- poszukuje sytuacji, aby przebywać z dzieckiem sam na sam, zabiera je na wyjazdy, dba, by nikt im nie przeszkadzał,
- jest nadmiernie zainteresowany rozwojem psychoseksualnym konkretnego dziecka, opowiada

o rozwijającym się ciele dziecka, komentuje np. że dziewczynce rosną piersi, uporczywie dotyka, całuje, obejmuje dziecko, pomimo, że nie życzy sobie ono takich czułości i mówi o tym,

- często wchodzi do łazienki akurat wtedy, kiedy przebywa w niej dziecko.

### **Zwróć uwagę, gdy ktoś OBCY:**

- często, bez powodu, pojawia się w miejscach, gdzie dzieci gromadzą się lub przebywają bez opieki rodziców – place zabaw, wesołe miasteczka, duże centra handlowe, rejon szkoły, przedszkoli,
- zagaduje dzieci, częstuje smakołykami,
- próbuje zaprzyjaźnić się z dzieckiem przez internet, albo tą drogą nakłania je do wysyłania mu zdjęć lub do prywatnego spotkania, zachęca do wyjścia z domu.

### **Sygnaly, które mogą choć nie zawsze muszą (bo mogą mieć różne przyczyny!) wskazywać na wykorzystanie seksualne dziecka:**

- krwawienia, okaleczenia, siniaki i zdrapania w okolicach narządów płciowych,
- dziwna wydzielina z narządów rodnych dziecka wskazująca na podrażnienia lub reakcję alergiczną czy chorobę okolic intymnych – wówczas konieczna jest konsultacja lekarska,
- ból okolic intymnych albo reagowanie dziecka, jakby je tam coś bolało, na przykład w czasie gry w piłkę zasłania narządy rodne (nigdy wcześniej tego nie robiło), odmawia jazdy na rowerze z powodu dyskomfortu siedzenia na siodełku – wówczas także konieczna jest konsultacja lekarska,
- bóle np. głowy czy brzucha o niejasnym podłożu medycznym,
- unikanie kontaktu fizycznego – przytulania, głaskania,
- masturbacja w miejscach publicznych,
- zachęcanie innych (dzieci lub dorosłych) do dotykania narządów płciowych,
- dotykanie narządów rodnych zwierząt i stymulowanie ich,
- próby dotykania narządów rodnych dzieci lub dorosłych, mimo sprzeciwu z ich strony,
- rysowanie obrazków, na których jest akt seksualny lub narządy płciowe,
- nagle i bardzo intensywne odgrywanie aktu płciowego w zabawie, zwłaszcza ze starszymi dziećmi
- opowiadanie o nowym starszym przyjacielu i tajemnicach, jakie z nim ma,
- problemy z zasypianiem, koszmary senne, moczenie nocne,
- zaburzenia odżywiania – wstręt do jedzenia, utrata apetytu lub nadmierny apetyt,
- nagła zmiana w zachowaniu – dziecko dotąd spokojne staje się nadmiernie aktywne lub dziecko aktywne staje się osowiałe,
- problemy z nauką.

#### **4. CO NALEŻY ZROBIĆ W SYTUACJI, GDY DZIECKO PADŁO OFIARĄ WYKORZYSTANIA SEKSUALNEGO ?**

##### **Co robić w sytuacji, gdy dziecko posiada obrażenia ciała:**

- należy udzielić dziecku pomocy przedmedycznej a jeśli trzeba, także wezwać karetkę pogotowia,
- pomagając dziecku należy pamiętać, by nie zatrzeć śladów, które mógł pozostawić sprawca  
**WAŻNA UWAGA:** nie myj rączek ani reszty ciała dziecka, nie czyść i nie płucz jego ubrania, gdyż policjanci muszą zabezpieczyć wszelkie dowody przestępstwa,
- o zaistniałym fakcie niezwłocznie powiadom Policję.

##### **Co robić w sytuacji, gdy podejrzewasz, że dziecko padło ofiarą wykorzystania seksualnego ( np. nie posiada obrażeń ciała, ale wskazują na to jego zachowanie, rysunki, wypowiedzi):**

- organy ścigania (Policję, Prokuraturę, Sąd) można zawiadamiać nie tylko o popełnionym przestępstwie ale również o podejrzeniu popełnienia przestępstwa,
- dobrze jest gromadzić swoje obserwacje, notować informacje i zbierać wytwory dziecka, wskazujące na to, że padło ofiarą przemocy seksualnej – a następnie przekazać je organom ścigania,
- pomocy możesz szukać w ośrodkach interwencji kryzysowej, poradniach psychologiczno-pedagogicznych albo infoliniach telefonicznych,
- możesz zaprowadzić dziecko do lekarza lub psychologa/pedagoga lub innej osoby, która zamiast ciebie może zgłosić organom ścigania zawiadomienie o krzywdzeniu dziecka. Instytucje państwowe i samorządowe, które w związku ze swą działalnością dowiedziały się o popełnieniu przestępstwa ściganego z urzędu, są obowiązane w niezwłocznie zawiadomić o tym prokuratora lub Policję.

##### **Zaginienie dziecka – pamiętaj, że działania sprawcy mogą się wiązać z wcześniejszym uprowadzeniem dziecka**

Gdy zaginie dziecko, natychmiast rozpocznij poszukiwania (zadzwoń do jego kolegów, rodziny, sprawdź miejsca gdzie dziecko zwykle bywa). Jeśli to działanie nie przyniesie skutków, jak najszybciej osobiście zgłoś zaginięcie dziecka w najbliższej jednostce Policji. Konieczne jest abyś zabrał ze sobą zdjęcie dziecka, opisał jego ubiór w chwili zaginięcia i przekazał Policji jak najwięcej informacji o jego zwyczajach, kolegach z którymi się spotyka, przedmiotach posiadanych w chwili zaginięcia.

## 5. JAK SIĘ ZACHOWAĆ WOBEC DZIECKA, KTÓRE ZOSTAŁO SKRZYWDZONE

- **zadbaj o bezpieczeństwo dziecka**, nie dopuszczaj do jego dalszego kontaktu ze sprawcą,
- **nie obwiniaj dziecka** o to co się wydarzyło, nawet jeśli do zdarzenia doszło poprzez złamanie jakichś Twoich zakazów (dziecko poszło tam gdzie nie powinno chodzić, zrobiło coś czego nie powinno), niech ma przekonanie, że dobrze zrobiło opowiadając ci o wszystkim,
- **nie zadawaj dziecku pytań**, które mogą mu sugerować, że to ono jest winne całej sytuacji („Dlaczego od razu nie uciekłaś?”, „Dlaczego mi o tym wcześniej nie powiedziałaś?”), staraj się wytłumaczyć dziecku, że całą odpowiedzialność za to, co się wydarzyło, ponosi sprawca, niezależnie od tego jak dziecko się zachowało,
- **pochwal i docień to, że opowiedziało o tym, co się wydarzyło** – nawet jeśli o wykorzystaniu nie powiedziało Ci wcześniej, postaraj się zrozumieć i zaakceptować ten fakt (możliwe, że było i nadal jest straszone, przekupywane i zmuszane do zachowania tajemnicy),
- **pozwól dziecku odczuwać i wyrażać wszystkie uczucia**, jakie przeżywa w związku z zaistniałą sytuacją (zdarza się, że dzieci które zostały uwiedzione przez sprawcę paradoksalnie dobrze o nim mówią),
- **przekonaj dziecko, że ma w tobie wsparcie**, że zrobisz wszystko, aby to się nie powtórzyło,
- **nie obiecuj dziecku**, że zachowasz wszystko w tajemnicy,
- **postaraj się zachować zimną krew**, ale też nie staraj się udawać, że nic się nie stało i że dziecko musi jak najszybciej o wszystkim zapomnieć,
- **poświęć dziecku uwagę**, nie unikaj bliskiego (też fizycznego) kontaktu z dzieckiem,
- **zapewnij pomoc** (medyczną, psychologiczną, prawną lub inną, zgodnie z potrzebami dziecka lub sytuacji).

### PAMIĘTAJ !

Pomyśl też o sobie. W sytuacji krzywdzenia Twojego dziecka możesz czuć się bardzo zagubionym i możesz potrzebować pomocy w poradzeniu sobie z niezwykle silnymi, często sprzecznymi emocjami. Na końcu pierwszej części broszury poradnika, znajdziesz numery telefonów i adresy instytucji, które mogą być pomocne w tej trudnej dla Ciebie sytuacji.

## 6. O CO NAJCZĘŚCIEJ PYTAJĄ RODZICE?

### *Czy moje dziecko będzie musiało wiele razy opowiadać o tym co je spotkało (policjanowi, prokuratorowi, sędziemu)?*

W przypadku, gdy Twoje dziecko nie ukończyło 15 roku życia i ma zeznawać w sprawie przestępstw popełnionych z użyciem przemocy lub groźby użycia przemocy, a także w sprawach przestępstw przeciwko wolności seksualnej i obyczajności, może być przesłuchane **jednorazowo**, z udziałem biegłego psychologa. Przesłuchania są rejestrowane i potem odtwarzane w sądzie, dzięki czemu dziecko unika wielokrotnych przesłuchań. Wyjątkiem są te sytuacje, gdy wyjdą na jaw istotne okoliczności, których wyjaśnienie wymaga kolejnego przesłuchania.

### *Co to są przyjazne pokoje przesłuchań?*

Dziecko może złożyć zeznania w tzw. **przyjaznym pokoju przesłuchań**, czyli miejscu, które jest specjalnie stworzone dla przesłuchań dzieci. Są one tak zaaranżowane by dziecko mogło się poczuć komfortowo



(kolorystyka, meble dostosowane do dziecka, materiały mogące pomóc w przesłuchaniu). Niezbędnymi elementami w wyposażeniu przyjaznego pokoju jest lustro weneckie i sprzęt audiowizualny do rejestracji dźwięku i obrazu z całego przesłuchania. W pomieszczeniu znajdującym się obok przyjaznego pokoju przesłuchań podczas trwania przesłuchania przebywa prokurator, względnie obrońca oskarżonego, protokolant i technik. Jeżeli w Twoim mieście nie ma takiego pokoju, możesz wnosić o przesłuchanie dziecka w innym miejscu, które jest dla niego przyjazne. Ostatecznie o miejscu przesłuchania zadecyduje jednak sąd.

### ***Czy mogę być z dzieckiem podczas jego przesłuchania?***

Twoja obecność jest możliwa. Decyzja ta jednak zależy od organu prowadzącego postępowanie.

### ***Czy sprawca będzie obecny podczas zeznawania?***

Można wnieść o to, by dziecko na etapie sądowym nie zeznawało w obecności oskarżonego. Dotyczy to sytuacji, gdy boi się go, jego obecność jest dla dziecka stresująca i mogłaby wpłynąć na zeznania.

### ***Czy mogę coś jeszcze zrobić dla mojego dziecka?***

Zarówno bycie świadkiem przestępstwa, jak i samo zeznawanie w sądzie jest poważnym przeżyciem dla dziecka. Dlatego ważne jest, żebyś wytłumaczył dziecku, że postąpi słusznie mówiąc prokuratorowi lub sędziemu prawdę, wyjaśnił mu, że nie ma nic złego w tym, że o czymś zapomniał czy nie zna odpowiedzi na pytanie sędziego, wysłuchał swojego dziecka, być może boi się wystąpienia w sądzie. Postaraj się wyjaśnić mu, że dzięki świadkom można ustalić, co się zdarzyło i ukarać ludzi, którzy zrobili coś złego. Opowiedz dziecku, jak będzie wyglądać przesłuchanie, że sędzia będzie zadawać różne pytania, a dziecko będzie na nie odpowiadać. Żeby oswoić małego świadka z sądem, możecie wspólnie wybrać się obejrzeć sąd kilka dni wcześniej.

## **7. GDZIE SZUKAĆ POMOCY?**

<http://fdds.pl/>

(Fundacja „Dajemy dzieciom siłę“ (darmowy telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111)

<https://www.niebieska linia.pl/>

(„Niebieska linia“, poradnia telefoniczna 22 668-70-00)

<https://przemoc.gov.pl/>

<http://www.pokrzywdzeni.gov.pl/>

**Ośrodki Interwencji Kryzysowej na terenie całego kraju**

**Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia" 0- 801 120 002**

**Pedagog szkolny**

**Poradnie Psychologiczno-Pedagogiczne na terenie całego kraju**

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie na terenie całego kraju**

## CZEŚĆ II

### 1. CO MOGĘ ZROBIĆ, BY ZWIĘKSZYĆ BEZPIECZEŃSTWO MOJEGO DZIECKA?

#### Najistotniejsze porady chroniące dzieci:

- reaguj, gdy widzisz dziecko w sytuacji problemowej, nawet wtedy, gdy to nie jest Twoje dziecko!
- nie zostawiaj małego dziecka bez opieki osoby dorosłej w domu czy na podwórku,
- wyjaśnij dziecku, że w sytuacjach problemowych ma prawo głośno krzyczeć, wołać o pomoc, płakać,
- małe dziecko trzymaj za rękę, szczególną uwagę zwracaj na dziecko w zatłoczonych miejscach publicznych (supermarkety, imprezy plenerowe, itp.), pamiętaj, że to Ty masz pilnować dziecka a nie ono ma pilnować się Ciebie!
- nie wypisuj imienia i nazwiska dziecka na zewnętrznych częściach jego odzieży – dziecko może łatwiej zaufać obcemu, gdy ten zwróci się do niego po imieniu,
- naucz dziecko mądrze korzystać z Internetu, wyjaśnij jakim zagrożeniem jest podawanie obcym osobom swoich danych kontaktowych, pokaż mu, że sympatyczny rówieśnik poznany w sieci może być zupełnie kimś innym niż osobą, za którą się podaje,
- dziecko musi znać swoje imię, nazwisko i adres zamieszkania,
- powiedz dziecku do kogo ma się zwrócić o pomoc, gdy się zgubi lub gdy dzieje się coś złego,
- zrób z dzieckiem listę osób, do których ma zaufanie i do których może się zwrócić o pomoc również telefonicznie.

#### Naucz dziecko, że:

- może odmawiać innym dorosłym,
- może krzyczeć i wzywać pomocy,
- ma prawo bronić się fizycznie,
- może Ci o wszystkim opowiedzieć,
- nie powinno się rozmawiać z nieznajomymi, a tym bardziej się z nimi oddalać - nawet gdyby prosili o pomoc, chcieli pokazać coś ciekawego albo mówili, że przysłała ich mama lub proponowali „podwiezienie”,
- nieznajomym nie wolno podawać swojego adresu zamieszkania,
- nie wolno brać niczego od nieznajomych: żadnych słodyczy, soków, owoców, zabawek,
- nie wolno wsiadać, a nawet podchodzić za blisko do samochodu nieznajomych,
- nie wolno z nieznajomymi wchodzić do windy,
- należy unikać odludnych miejsc zabawy, a bawić się z innymi dziećmi,
- nikt nie ma prawa żądać od dziecka zachowania tajemnicy, o każdej sytuacji zaczepek ze strony kogoś znajomego lub obcego należy powiedzieć rodzicom, nauczycielowi lub komuś zaufanemu,
- jeśli czuje zagrożenie ze strony obcego powinno uciekać w stronę ludzi i wołać o pomoc.

## 2. **JAK MOŻESZ PRZEPROWADZIĆ „DOMOWY KURS BEZPIECZEŃSTWA DLA DZIECI“**

Dziecko w wieku przedszkolnym coraz śmielej poznaje otaczający je świat. I choć świat jest piękny, pełen jest też niebezpieczeństw, wobec których należy być ostrożnym, umieć je rozpoznawać i radzić sobie w sytuacji zagrożenia.

Od najmłodszych lat uczymy swoje dziecko różnych przydatnych mu w życiu rzeczy – jak przechodzić przez jezdnię, jak jeździć na rowerku, mówimy mu dlaczego nie należy dotykać gorących przedmiotów i skakać z dużej wysokości.

Warto potraktować rozmowę o bezpieczeństwie w kontakcie z innymi ludźmi jak naukę kolejnego elementu dbania o samego siebie. Podobnie, jak uczysz dziecko przechodzenia przez jezdnię, możesz je nauczyć jak ma się zachowywać w sytuacji zagrożenia. Rozmawiając o bezpieczeństwie, trenując i ćwicząc bezpieczne zachowania skuteczniej **uchronisz Twoje dziecko przed krzywdą ze strony innych ludzi.**

Dziecko, które umie rozpoznać zagrożenie, wie jak może się bronić jest w znacznie większym stopniu w stanie poradzić sobie z niebezpieczeństwem.

Pamiętajmy, że zagrożenie może przyjść nie tylko ze strony osoby całkiem obcej dziecku, ale też widywanej czasami, będącej sąsiadem, przyjacielem rodziny. Może to być także osoba najbliższa.

### **OD CZEGO ZACZAĆ...**

*(na podstawie : „Jak dbać o bezpieczeństwo dziecka. Praktyczne rady dla rodziców” Michele Elliott)*

#### **Rozmowa z dzieckiem o prawie do bezpieczeństwa**

Wy tłumacz dziecku, że każdy człowiek ma prawa, których nikt nie może go pozbawić (sen, jedzenie, korzystanie z ubikacji). Czasami ludzie usiłują innym zabrać ich prawa. W takich przypadkach dziecko ma prawo protestować i szukać pomocy u innych.

#### **Rozmowa o złym i dobrym dotyku**

Dziecku trzeba wyjaśnić różnice między dobrym (bezpiecznym) i złym dotykiem. Zapytaj jak lubi żeby go dotykać. Wy tłumacz dziecku, że jeśli nie chce, żeby go dotykano/całowano ma prawo głośno to powiedzieć, nawet wtedy, gdy kocha osobę, która chce to zrobić. Dobrze jest nie zmuszać dzieci do takich zachowań (np. całująca na powitanie ciocia, kiedy maluch tego nie lubi), a pomóc dziecku w grzecznym odmawianiu niemiłych mu całusów/przytulań.

#### **Naucz dziecko, jak może mówić „NIE”**

Powiedz dziecku, że kiedy czuje się zagrożone ma prawo powiedzieć „NIE” każdemu dorosłemu. Należy przeciwyczyć z nim stanowczą odmowę. Nie ucz dziecka bezwzględnego posłuszeństwa wobec wszystkich dorosłych.

Naukę można zacząć od pytań prostych, na które dziecku łatwo powiedzieć „nie” np.

*Dorosły: Czy lubisz ser?*

*Dziecko : Nie.*

A potem przejść do pytań, które wymagają od dziecka większej uwagi:

*Dorosły: Czy możesz mi pokazać jak dojść do kina?*

*Dziecko : Nie.*

Kolejne pytania mogą być już bardziej związane z zagrożeniami ze strony obcych osób.

Powiedz dziecku, że nie musi się wdawać z obcym dorosłym w dyskusję, nie musi się tłumaczyć, dlaczego nie chce z kimś rozmawiać. A jeśli dorosły będzie chciał podejść do dziecka powinno ono jak najszybciej odejść. Bez słowa.

Ważne, aby nauka stanowczego odmawiania odbywała się w miejscu, w którym dziecko czuje się bezpiecznie. Dzieci mogą wymyślać różne przykłady sytuacji, których powinno się mówić „nie”.

Ćwiczenia sprawią, że gdy dziecko znajdzie się w niebezpieczeństwie, bez zastanowienia, niejako automatycznie powie „nie”.

### **Rozmawiaj z dzieckiem na temat jego ciała**

Wy tłumacz dziecku, że ciało jest jego wyłączną własnością i że nikt nie ma prawa go dotykać w sposób, który jest dla niego nieprzyjemny lub wprawia go w zakłopotanie. Dotyczy to wszystkich części ciała, w tym także części intymnych (możesz je określić jako te, które zakrywa kostium kąpielowy).

### **Rozmawiaj z dzieckiem o groźnych i niegroźnych tajemnicach**

Powiedz dziecku, że są **niegroźne sekrety** (np. przygotowanie komuś niespodzianki na urodziny) i **groźne tajemnice** (kiedy na przykład starszy kolega zabierze mu pieniądze). Jeżeli ktoś będzie dotykał jego ciała, a potem żądał dochowania tajemnicy, to jest to właśnie taka groźna tajemnica. Dziecko koniecznie powinno jak najprędzej powiedzieć o tym dorosłemu, do którego ma zaufanie. Nie zachęcaj jednak, by straszyło napastnika tym, że powie o wszystkim rodzicom. Wręcz przeciwnie – niech obieca, że zachowa tajemnicę.

### **UWAGA! WAŻNE!**

Dzieci często boją się, że dorośli im nie uwierzą. Przekonaj je, że powinno mówić tak wielu osobom dorosłym o tym co je spotkało, aż wreszcie trafi na kogoś, kto mu uwierzy.

Dzieci bardzo rzadko kłamią mówiąc o napastowaniu seksualnym, ale zdarza się, że potem ze strachu twierdzą, że nic się nie zdarzyło. Dziecko musi mieć poczucie bezpieczeństwa.

### **Zachęcaj dziecko do mówienia i odpowiadaj na jego pytania**

Czasem dzieci przekraczając jakiś zakaz rodziców, wpadają w kłopoty. Potem obawiają się mówić o tym co je spotkało, bo czują, że to ich wina i że rodzic się bardzo na nie rozgniewa. Dlatego zapewnij swoje dziecko, że ty niezależnie od okoliczności zawsze będziesz po jego stronie.

Kiedy dziecko opowiada ci o swoich codziennych trudnościach traktuj je zawsze serio i nie zaprzeczaj jego uczuciom. Gdy się wyróciło i płacze nie mów, że nic się nie stało i nic nie boli.

Gdy będzie ci zadawało pytania o trudne sprawy, odpowiadaj adekwatnie do jego wieku.

### **Naucz dziecko jak odróżnić prezent od przekupstwa**

Osoby napastujące dzieci (i te obce i te znane dziecku) często przekupują je w zamian za świadczone usługi seksualne. Dziecko musi wiedzieć, że prezenty dajemy, gdy kogoś lubimy (np na urodziny), a nie żeby coś dostać w zamian. Prezenty, za które ktoś chce coś od dziecka uzyskać są groźne.

### **Uwaga na podstęp**

Wy tłumacz dziecku, że dorośli (obcy i znajomi), mogą chcieć czegoś od dziecka obiecując mu w zamian nie prezent, a pieniądze. Objasnij dziecku, że wtedy powinno powiedzieć „najpierw muszę zapytać o pozwolenie rodziców” i jak najszybciej odejść od tej osoby i powiedzieć o wszystkim dorosłemu.

Aby skłonić dziecko do pójścia z nimi przestępcy manipulują dzieckiem, mówią mu, że ktoś z rodziny zachorował, albo coś się stało i chcą je do niego zaprowadzić. Aby zabezpieczyć się przed takimi zachowaniami Michele Elliott proponuje rodzicom rozwiązanie polegające na ustaleniu w rodzinie hasła na wypadek, gdyby rodzice faktycznie musieli wysłać po dziecko nieznaną mu osobę. Wtedy, gdy ona powie to hasło, dziecko będzie wiedziało, że dorośli nie kłamię.

### **Nie dziel ludzi na dobrych i złych**

Obcy kojarzy się dziecku z kimś brudnym, brzydkim i śmierdzącym. Ludzie krzywdzący dzieci często przeczą temu stereotypowi: są mili, uśmiechnięci, dobrze ubrani i wzbudzają zaufanie.

Zamiast mówić dzieciom, żeby uważali na złych ludzi, lepiej powiedzieć, że powinno uciekać, jeśli ktokolwiek próbuje zrobić im coś złego. Powiedz dziecku, że jeśli ktoś podchodzi do niego i chce rozmawiać, kiedy jest samo, powinno udać, że nic nie słyszy i szybko odejść bez słowa.

### **Ćwiczenie z dzieckiem „co by było gdyby”**

Zacznij od niewinnych sytuacji

*Dorośli: Co by było gdyby.... rozlało się mleko?*

*Dziecko: poszedłbym po szmatkę i powycierał*

-----

A gdy zabawa się spodoba przeciwicz z dzieckiem różne sytuacje uczące zasad bezpieczeństwa np.

*Dorośli: Co byś zrobił... gdyby ktoś zapukał do drzwi, a mnie nie będzie wtedy w domu?*

*Dziecko: Nie otwierałbym drzwi tylko poszedł do pokoju i usiadł na kanapie, zadzwonił do ciebie telefonem*

*Dorośli: Pokaż jak byś to zrobił*

-----

*Dorośli: Co byś zrobił gdyby... ktoś obcy powiedział, że jest przyjacielem taty i poprosił byś poszedł z nim do domu?*

*Dziecko: Nigdzie bym nie poszedł, a gdyby ten ktoś chciał podejść, to bym uciekał. A potem opowiedziałbym wszystko dorosłym o tym, co mi się przytrafiło.*

Ważne jest żebyś wcześniej rozmawiał z dzieckiem o różnych sytuacjach a dopiero potem ćwiczył żeby wiedziało jak się zachować.

### **Pozwól dziecku na łamanie zasad**

Wychowując dzieci uczymy je, by były miłe i nie sprzeciwiały się dorosłym. Ta reguła ma wyjątki, gdy dziecku grozi niebezpieczeństwo. Powinno wiedzieć, że wolno mu wtedy użyć wszelkich sposobów, nawet tych najsurowiej zabronionych, czyli krzyku, ucieczki, gryzienia, kopania, kłamstwa, byleby tylko nic złego mu się nie stało.

Powiedz dziecku, że w obliczu niebezpieczeństwa pozwalasz mu łamać wszelkie zasady, że zawsze będziesz po jego stronie i że nigdy go za to nie skrzyczysz.

### **Przećwiczyć krzyk**

Krzyżące w codziennych sytuacjach dziecko może w sytuacji zagrożenia sparaliżować strach. Warto więc poćwiczyć krzyk, ponieważ napastnik się go nie spodziewa. Krzyk powinien wydobywać się z brzucha

i być głośny jak syrena alarmowa. Jest to na pewno hałaśliwa zabawa, ale pamiętaj, że krzyk, który zwróci uwagę innych może uratować mu życie.

### **Przećwicz ucieczkę przed napastnikiem**

Wszyscy powtarzają dzieciom, że mają uciekać przed napastnikiem jeśli grozi im niebezpieczeństwo. Problem w tym, że w chwili grozy nogi odmawiają posłuszeństwa. Przećwiczenie z dzieckiem ucieczki pomaga uniknąć takiej sytuacji. Udawaj, że chcesz złapać dziecko i każ mu uciekać tak szybko jak potrafi. Najlepiej ćwiczyć krzyk i ucieczkę jednocześnie.

### **Przećwicz udawanie, że nie słyszy się zaczepek i zachęt do podejścia**

Jeśli obca osoba zagaduje dziecko, gdy jest samo powinno udać, że nie słyszy i iść dalej. Również takie zachowanie możesz zademonstrować dziecku i zachęcić, żeby ono samo pokazałoby ci jak, by to zrobiło. A gdyby obcy mimo to szedł lub jechał dalej za dzieckiem powinno wówczas uciekać.

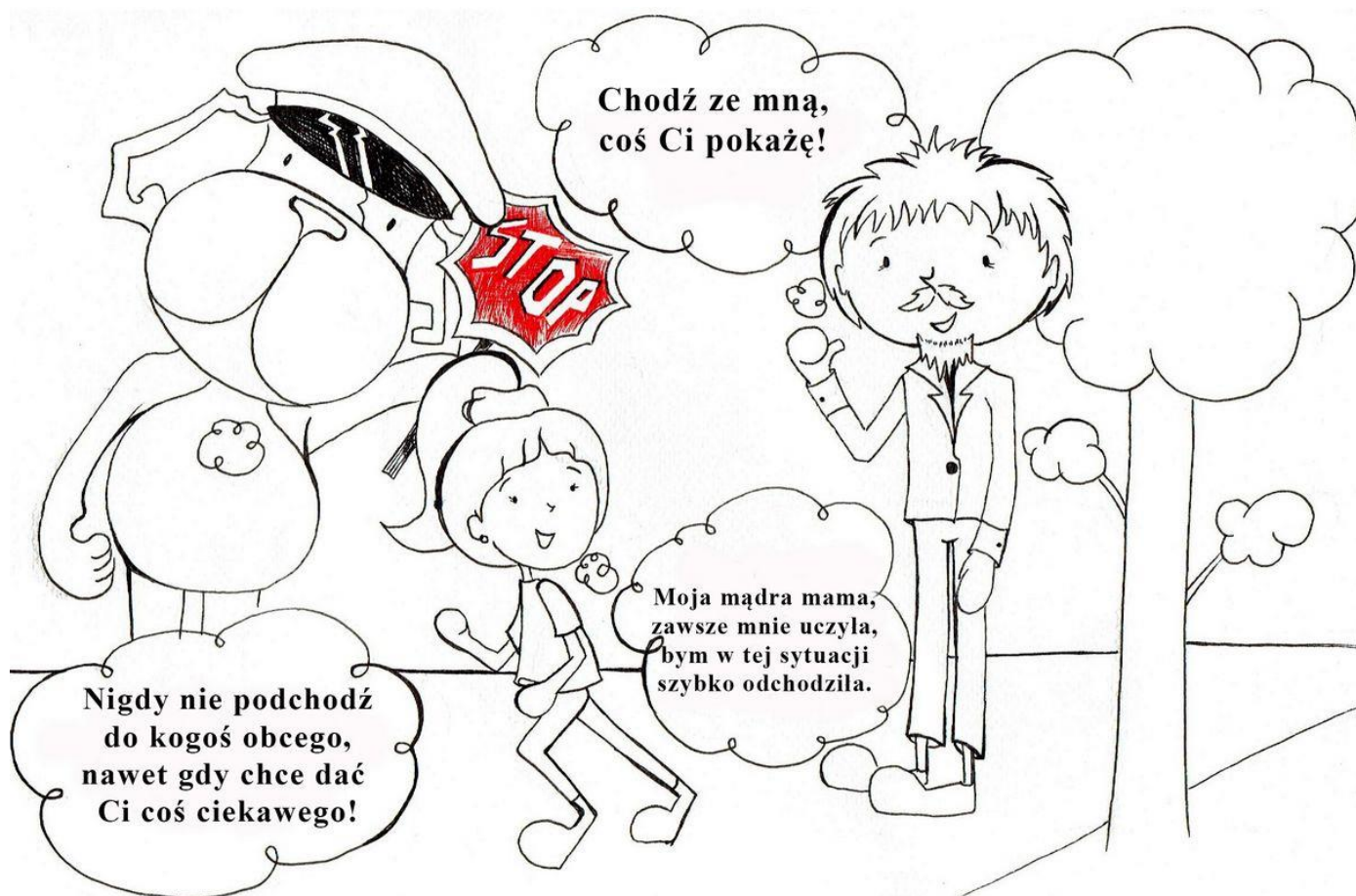
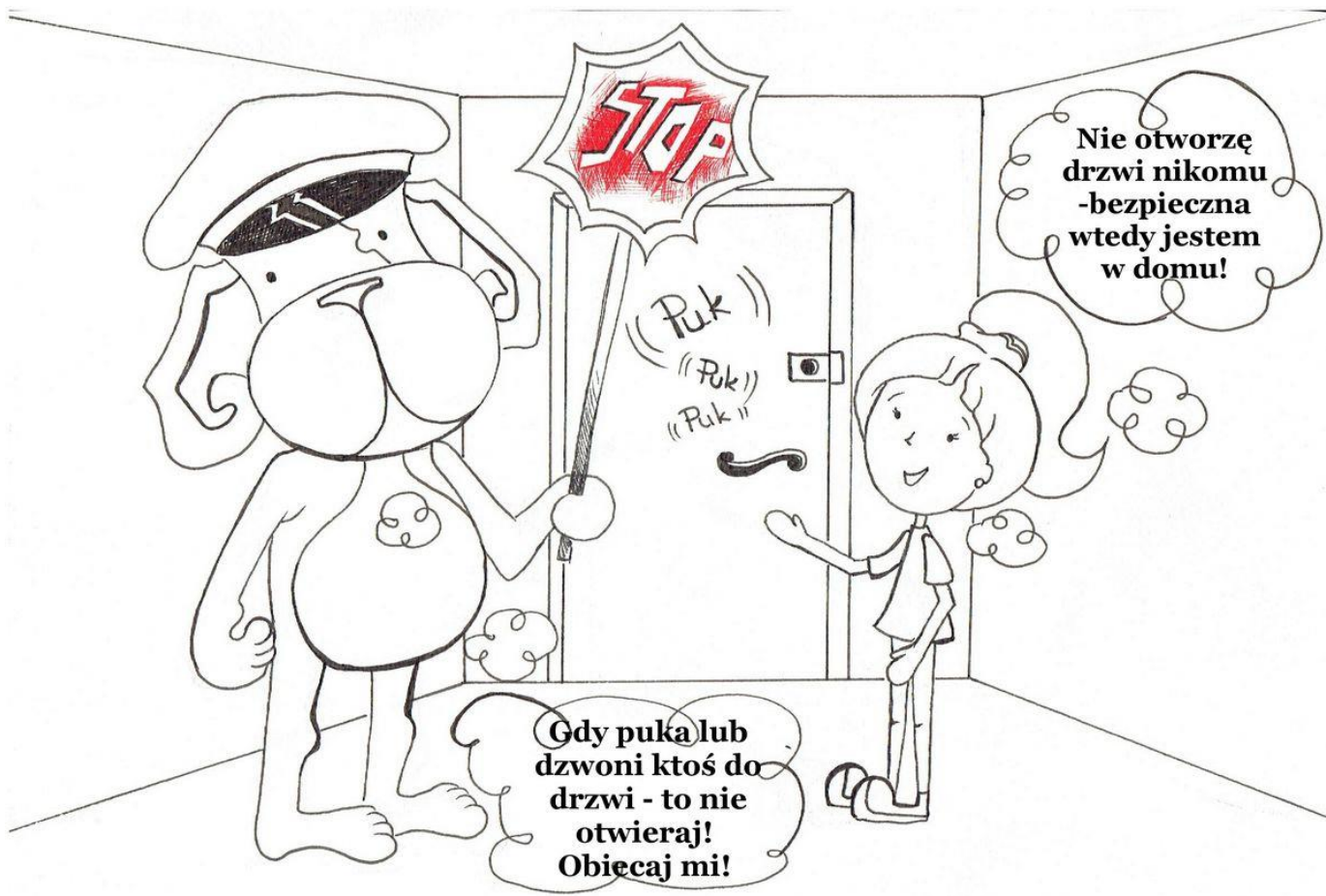
### **Przećwicz telefonowanie, wzywanie pomocy przez telefon**

Wpisz w telefon komórkowy dziecka numer, pod którym mogłoby uzyskać pomoc. Poćwicz co mówić w takiej sytuacji.

## **2. „SZNUPEK kontra OBCY” kolorowanka dla dzieci**

Proponujemy Państwu przygotowaną przez nas edukacyjną **kolorowankę dla dzieci „SZNUPEK kontra OBCY“**. Przy jej pomocy można rozpocząć z dzieckiem rozmowę na temat bezpieczeństwa oraz przećwiczyć przydatne w sytuacji zagrożenia umiejętności.

Każdą ze scenek można wydrukować, dziecko będzie kolorować a dla Państwa jest to możliwość do porozmawiania z dzieckiem o tym jak zachowałoby się w takiej sytuacji. Można też z dzieckiem bawić się w odgrywanie takich scenek.











## *Drodzy Państwo*

*Zdajemy sobie sprawę, że proponowane przez nas działanie wymaga od Państwa niemałego wysiłku, pomysłowości i własnego zaangażowania. Ale jeśli ten wysiłek ma się przyczynić do bezpieczeństwa Waszego dziecka warto jednak podjąć się tego wyzwania?*

*Jeśli macie Państwo znajomych, sąsiadów, którzy też mają dzieci zachęcamy abyście wymieniali się doświadczeniami, dzielili pomysłami na ćwiczenia z dzieckiem.*

*Opracowując powyższe porady korzystaaliśmy z książki „Jak dbać o bezpieczeństwo dziecka. Praktyczne rady dla rodziców” Michele Elliott do której przeczytania serdecznie Państwa namawiamy.*

*Autorzy*