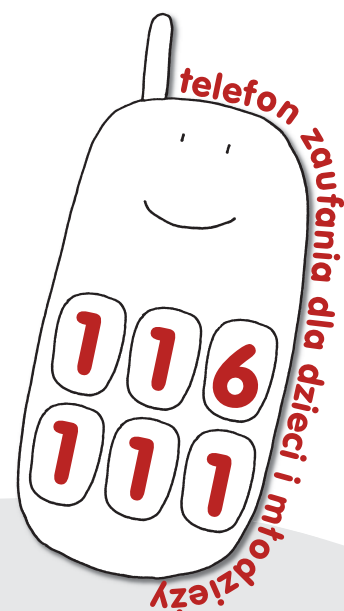


telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

116 111

Scenariusz zajęć



Cele:

- Dostarczenie wiedzy o Telefonie Zaufania 116 111, zasadach jego funkcjonowania i przeznaczeniu.
- Przybliżenie zasad funkcjonowania poradnictwa telefonicznego i innych form pomocy psychologicznej.
- Zachęcanie do szukania pomocy w sytuacjach trudnych dla siebie i innych.
- Rozwijanie umiejętności formułowania problemów i szukania rozwiązań.

Przebieg zajęć – 45 minut

ĆWICZENIE 1

Potrzebne materiały: tablica i kreda (flip-chart lub duża kartka i flamastry)

Forma pracy: burza mózgów

Czas trwania: około 10 minut

Prowadzący informuje uczniów, że będą rozmawiali o telefonach zaufania, które oferują pomoc w trudnych sytuacjach.

Na początku zachęca uczniów do dzielenia się skojarzeniami dotyczącymi telefonu zaufania.

Uczniowie zapisują swoje skojarzenia na tablicy lub flip-chartcie.

Prowadzący zbiera wszystkie pomysły uczniów.

Ważne, by podkreślał, że warto dzielić się wszystkimi skojarzeniami i że w ćwiczeniu nie ma dobrych i złych odpowiedzi.

Przykładowe skojarzenia: anonimowy, problemy, pomoc, rozmowa, kłopoty, złość, nieśmiałość, kłótnie, robienie żartów, pytania, całodobowy itp.

W podsumowaniu nauczyciel może zwrócić uczniom uwagę, że wśród skojarzeń dotyczących

telefonu zaufania pojawiły się:

- nazwy problemów, z którymi można zwracać się do telefonu zaufania: kłopoty, złość, nieśmiałość, pytania, kłótnie itp.;
- wyobrażenia na temat zasad jego funkcjonowania: anonimowy, całodobowy, rozmowa itp.;
- formy pomocy, które można uzyskać przez telefon: pomoc, odpowiedzi na pytania, wsparcie itp.

W przypadku, gdy uczniowie mają niewiele skojarzeń dotyczących telefonu zaufania, prowadzący może zadawać dodatkowe pytania:

- W jakich sytuacjach można zadzwonić do telefonu zaufania?
- Jak działa telefon zaufania, czy ma jakieś zasady?
- W jaki sposób dzięki telefonowi zaufania można uzyskać pomoc?

Ważne, by w trakcie tego ćwiczenia prowadzący porozmawiał z uczniami o dzwonieniu do telefonu zaufania z intencją zrobienia żartu, a nie z faktycznym problemem. Warto porozmawiać o tym, po co ktoś może chcieć

żartować w ten sposób i o konsekwencjach takich żartów dla dzwoniącego, a także dla innych osób, które w tym czasie nie mogą dodzwonić się do telefonu zaufania z realnym i trudnym problemem.

MINIWYKŁAD O TELEFONIE ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

Potrzebne materiały: informacja o Telefonie Zaufania 116 111 do pobrania ze strony internetowej www.116111.pl/pakiety

Czas trwania: około 5 minut

Prowadzący, nawiązując do skojarzeń uczniów z poprzedniego ćwiczenia, przedstawia Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111. Korzystając z informacji pobranej ze strony

ĆWICZENIE 2

Potrzebne materiały: opis przypadku - załącznik 1 (dla dwóch grup ten sam przypadek)

Forma pracy: zabawa

Czas trwania: 15 minut

Prowadzący proponuje uczniom dobrze znaną zabawę w „głuchy telefon”. Dzieli uczniów na dwie grupy. Prosi ich o ustawienie się w dwóch kręgach. Pierwszej osobie w każdym z kręgów podaje kartkę zawierającą krótką historyjkę (załącznik 1). Zadaniem uczniów jest przekazywanie opowieści kolejno „na ucho”, aż do ostatniej osoby w kręgu. Po zakończeniu ćwiczenia przez obie grupy prowadzący prosi uczniów o powrót na swoje miejsca.

W podsumowaniu prowadzący:

- sprawdza, jakie opowieści dotarły do ostatnich osób w każdej z grup;
- prosi o przeczytanie oryginalnej historyjki;

internetowej www.116111.pl/pakiety opowiada o zasadach działania linii 116 111. Podkreśla, że do Telefonu Zaufania 116 111 można zadzwonić z każdym problemem, trudnością czy kłopotem – bezpłatnie ze wszystkich telefonów stacjonarnych i komórkowych w Polsce.

Prowadzący informuje w jakich dniach i godzinach działa Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111 (z podkreśleniem, że oferta nie jest całodobowa) – informację warto zapisać na tablicy lub flip-charcie.

Ważne, by podczas miniwykładu pojawiła się również informacja o stronie internetowej Telefonu Zaufania 116 111 (www.116111.pl). Ze strony można kontaktować się online z konsultantami i zadawać im pytania.

- zachęca uczniów do dzielenia się pomysłami, dlaczego w tej zabawie mogło dojść do zamiany treści opowieści.

Prawdopodobne przyczyny zmian

w opowieściach:

- ktoś nie dosłyszał całej informacji;
- ktoś usłyszał przekazaną treść, ale inaczej ją zrozumiał (zinterpretował);
- ktoś dodał coś od siebie, ponieważ w tym, co usłyszał, czegoś mu brakowało i chciał dopełnić opowieść;
- ktoś zdecydował się na przemilczenie pewnych treści;
- ktoś skupił się na przekazaniu jednej części opowieści, przez co ją wyolbrzymił, uwypuklił;
- żarty – ktoś zażartował, żeby było zabawniej.

Prowadzący zachęca uczniów do zastanowienia się, co może pomóc w przekazywaniu informacji, a co utrudnić.

Kończąc ćwiczenie prowadzący może zwrócić uwagę, że opis sytuacji, a zwłaszcza podkreślenie przez osobę szukającą pomocy, co jest dla niej ważne, pozwala odbiorcy zrozumieć problem i szukać właściwego rozwiązania.

Przykład: otrzymanie złej oceny w szkole może być trudną sytuacją, ponieważ młoda osoba obawia się reakcji rodziców. Ale może być też tak, że w tej samej sytuacji ważniejsze jest to, że młoda osoba czuje się niesprawiedliwie potraktowana przez nauczyciela. W każdym z tych przypadków rozwiązanie trudnej sytuacji będzie polegało na czymś innym.

ĆWICZENIE 3

Forma pracy: praca w grupach

Potrzebne materiały: kartki, długopisy oraz opisy trudnych sytuacji (załącznik 2)

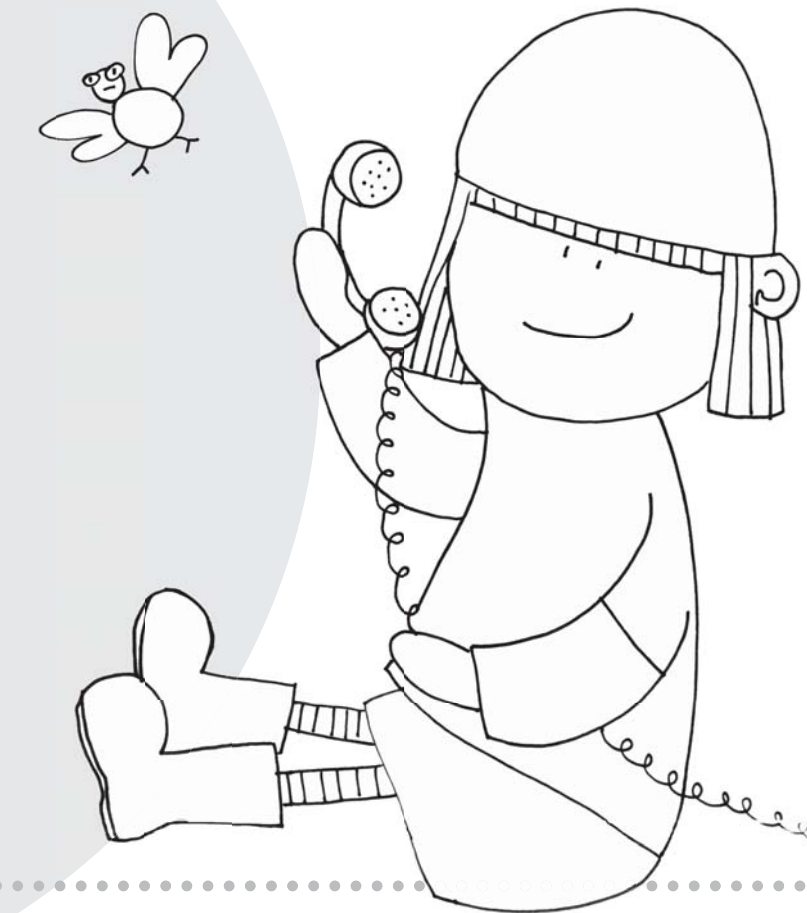
Czas trwania: 15 minut

Prowadzący dzieli uczniów na 4 grupy. Każda z grup losuje opis trudnej sytuacji. Zadaniem każdej grupy jest stworzenie co najmniej 3 propozycji rozwiązania trudnej sytuacji (ale nie więcej niż 5 – ze względu na ograniczenia czasowe). Następnie uczniowie wybierają w grupach najlepszą z propozycji. Pomocne w tym może być przytaczanie argumentów za i przeciw każdej propozycji. Na koniec wszystkie grupy prezentują

PODSUMOWANIE ZAJĘĆ

Prowadzący może przypomnieć uczniom to, czego dowiedzieli się w trakcie zajęć lub zachęcić ich do podzielenia się swoimi wrażeniami i spostrzeżeniami dotyczącymi zajęć i zdobytych informacji.

Prowadzący informuje uczniów, gdzie w szkole wiszą plakaty promujące Telefon Zaufania 116 111.



na forum trudną sytuację oraz wybraną propozycję jej rozwiązania.

W podsumowaniu ćwiczenia prowadzący podkreśla, że poradnictwo nie jest dawaniem gotowych rozwiązań. Jeśli czas na to pozwala, może zapytać uczniów, dlaczego czasami ludzie wolą usłyszeć gotową instrukcję - co mają robić.

Ważne, by prowadzący zwrócił uwagę uczniów na fakt, że pomocy i wsparcia w trudnych sytuacjach warto szukać u dorosłych osób (rodzice, psycholog czy pedagog szkolny, nauczyciele, konsultanci 116 111).

Na koniec prowadzący przypomina adres strony internetowej: www.116111.pl, a także dni i godziny, w których można zadzwonić do Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111 i razem z konsultantem zastanowić się nad najlepszym wyjściem z trudnej sytuacji czy rozwiązaniem kłopotów.

Do skserowania!



Z A Ł A C Z N I K 1

Ćwiczenie 2 – „Głuchy Telefon”

Ania ma dwie młodsze siostry. Ich rodzice dużo czasu spędzają w pracy, dlatego Ania musi po szkole zajmować się młodszym rodzeństwem. Przez to nie ma czasu, żeby spotykać się z koleżankami i kolegami. Często zdarza się też, że nie ma czasu, aby odrobić lekcje. Nauczyciele zaczęli stawiać jej słabsze stopnie i zwracać uwagę, że jest nieprzygotowana. Młodsze siostry często dokuczają Ani, nie słuchają się jej. Ania nie radzi sobie z tą sytuacją i nie ma komu opowiedzieć o swoich problemach. Czuje się samotna i przygnębiona.



Z A Ł A C Z N I K 2

Ćwiczenie 3 – „Szukanie rozwiązań”

Od pewnego czasu jestem bardzo smutna i rozdrażniona. Nie chce mi się chodzić do szkoły, mam problemy z koncentracją, dostaję gorsze oceny. Rodzice każą mi wziąć się w garść, ale ja nie potrafię. Nie wiem jak się skoncentrować, jak poprawić oceny.



Mam dwie koleżanki i jednego kolegę. Wiem, że biorą narkotyki. Bardzo się o nich niepokoję i nie wiem, co zrobić. Myślę, że może nie powinnam nikomu o tym mówić, w końcu to ich życie, a nie moje. Ale z drugiej strony bardzo się boję, że stanie się coś złego i będzie mi bardzo przykro. Wtedy myślę, że powinnam opowiedzieć o tym ich rodzicom. Boje się jednak, że znajomi się na mnie obrażą. Czy powinnam o tym komuś powiedzieć?



Chodzę do 6 klasy szkoły podstawowej. Za rok będę chodzić do gimnazjum. Uprawiam sport – chodzę na konie. Na treningu spodobał mi się jeden chłopak, który jest ode mnie o rok starszy. Jak skończę 6 klasę, będziemy chodzić razem do tej samej szkoły. On bardzo mi się podoba. Ale jestem nieśmiała, nie wiem co mam zrobić, by zwrócił na mnie uwagę. Zwracam się z prośbą do Was, byście mi coś poradzili. Bardzo mi na tym zależy!



Mam duży problem. Moi rodzice się kłócą kilka razy w tygodniu. Gdy zaczynają się kłócić, staram się ich uciszyć. Ponieważ charakter mam identyczny jak tata, to też zaczynam krzyczeć. Dochodzi wtedy do potężnej kłótni. Wybiegam wtedy z domu. Jest mi bardzo źle. Nie wiem, co zrobić, żeby rodzice się nie kłócili.

Więcej historyjek do wykorzystania podczas zajęć znajdują Państwo na stronie internetowej www.116111.pl/pakiety