

TRENING PEWNOŚCI SIEBIE

Program wsparcia dla dzieci-ofiar przemocy rówieśniczej

Autorski program A. Milczarek i J. Węgrzynowskiej



Z najnowszych badań Ośrodka Rozwoju Edukacji (ORE, 2013) wynika, że 10% dzieci w polskich szkołach doświadcza przemocy ze strony rówieśników w sposób częsty i regularny. Długofalowe doświadczenie przemocy ma bardzo negatywny wpływ na funkcjonowanie dziecka – może powodować choroby somatyczne, depresję, obniżone poczucie własnej wartości, spadek motywacji, izolację społeczną. Bycie ofiarą to traumatyczne przeżycie dla wielu dzieci.

Trening Pewności Siebie – jest metodą opracowaną i sprawdzoną przez nasze Stowarzyszenie we współpracy z brytyjską organizacją **KIDSCAPE**. Trening ten to krótkoterminowa forma pracy z dziećmi poszkodowanymi – ofiarami przemocy rówieśniczej, która kładzie nacisk na podnoszenie poczucia własnej wartości, naukę asertywności i nawiązywania pozytywnych relacji w grupie. Jego ważnym elementem jest warsztatowa lub indywidualna praca z rodzicami, w trakcie której rodzice uczą się zasad asertywności, umiejętności pozytywnego dowartościowania dziecka i uczenia go samodzielności.

Najważniejsze efekty TPS – wyniki badań ankietowych przeprowadzonych wśród uczestników treningów co najmniej 3 miesiące po zakończeniu zajęć wskazują, że dzięki Treningom Pewności Siebie:

- 40% dzieci przestało doświadczać przemocy w szkole, a większość pozostałych uczestników doświadczała jej zdecydowanie rzadziej.
- Uczestnicy mieli większe poczucie własnej wartości i więcej pewności siebie.
- Dzieci zdecydowanie rzadziej unikały szkoły i zdecydowanie rzadziej przeżywały depresję.
- W sytuacjach przemocy dzieci zaczęły używać asertywnych sposobów obrony.
- Uczestnicy wykorzystali w praktyce i uznali za przydatne większość asertywnych strategii obrony przeciwdziałanych podczas TPS.

Cel szkolenia:

Przygotowanie pedagogów i psychologów do samodzielnego realizowania Treningów Pewności Siebie dla dzieci poszkodowanych na terenie swoich placówek.

Tematyka szkolenia:

1. Zjawisko przemocy rówieśniczej.
2. Syndrom dziecka-ofiary przemocy.
3. Metody pomocy dzieciom poszkodowanym.
4. Trening Pewności Siebie – wprowadzenie (historia, założenia, efektywność).
5. Zasady i metody naboru dzieci do grup.
6. Trening Pewności Siebie – zajęcia dla dzieci.
7. Trening Pewności Siebie – zajęcia dla rodziców.
8. Metody ewaluacji.