



## Praktyczne aspekty realizacji programu profilaktyki agresji wśród najmłodszych – „Spotkania z Leonem”

Ewa CZEMIEROWSKA-KORUBA

Wśród ryzykownych zachowań dzieci i młodzieży poważny problem stanowi agresja i przemoc szkolna - zwłaszcza w szkołach podstawowych. Prowadzone w szkołach działania zapobiegające tym zachowaniom koncentrują się jednak często na uczniach nieco starszych – tych, którzy już mają problemy. Ale przecież różnego rodzaju problemowe zachowania, manifestowane szczególnie wyraźnie przez nastolatki, nie pojawiają się nagle w okresie dojrzewania lub tuż przed jego rozpoczęciem. Stanowią efekt długotrwałego procesu, którego początki można zidentyfikować już w okresie wczesnoszkolnym (6-11 lat), a często nawet przedszkolnym.

Według raportu IBE z 2014 roku<sup>1</sup> wśród uczniów szkół podstawowych jedna piąta (21%) wielokrotnie doznała agresji psychicznej. Na dręczenie również bardziej narażeni są uczniowie młodsi niż starsi. Powyższe wyniki potwierdzają się też we wcześniejszych badaniach „Szkoły bez przemocy”, które wykazały, że wiek ofiar i sprawców agresji i przemocy systematycznie się obniża. Istnieje związek nieprawidłowych reakcji socjalizacyjnych najmłodszych dzieci i ich wczesnej agresywności z późniejszą przemocą i przestępczością. Wg Golemana<sup>2</sup> blisko połowa agresywnych pierwszoklasistów (łatwo wpadających w złość, nie potrafiących żyć z innymi, nie słuchających poleceń nauczycieli

i rodziców), gdy osiągnie wiek kilkunastu lat najprawdopodobniej wejdzie w konflikt z prawem.

W okresie wczesnoszkolnym zagrożeniami (czynnikami ryzyka) dla prawidłowego rozwoju są m.in. deficyty umiejętności psychospołecznych, które utrudniają realizację zadań rozwojowych oraz zwiększają podatność na wpływy problemowych rówieśników. Edukacja przedszkolna i szkolna, która wspiera rozwój psychospołeczny i emocjonalny uczniów jest zatem skutecznym narzędziem profilaktyki tych zachowań. To szczególnie poziom kształcenia, na którym proces wychowawczy i dydaktyczny ściśle się ze sobą łączą. Wiadomo, że uczenie się umiejętności i zachowań najskuteczniej i najszybciej przebiega właśnie u tych dzieci, a jednocześnie najwcześniej wyuczone wzorce są najtrwalsze.

Odpowiednio prowadzona praca z młodszymi dziećmi, uwzględniająca różnorodne potrzeby rozwojowe, decyduje w znacznym stopniu o ich dalszej karierze szkolnej i życiowej. Z naszych licznych kontaktów z nauczycielami edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej oraz badania ich potrzeb i oczekiwań przy okazji prowadzonych szkoleń wynika, że doceniają oni ogromną rolę własnego wpływu wychowawczego w tym okresie i mają potrzebę doskonalenia umiejętności wychowawczych. Nauczyciele zgłaszają jednocześnie zapotrzebowanie na konkretne narzędzia pracy z uczniami, m.in. gotowe scenariusze zajęć.

<sup>1</sup> Komendant-Brodowska A., Agresja i przemoc szkolna. Raport o stanie badań, Wyd. IBE, Warszawa 2014

<sup>2</sup> Goleman D., Inteligencja emocjonalna, Poznań: Media Rodzina, 1997

Na te potrzeby odpowiada program zajęć „Spotkania z Leonem”, którego celem jest profilaktyka zachowań agresywnych poprzez uczenie dzieci kluczowych umiejętności psychospołecznych: empatii, współpracy, pomagania oraz konstruktywnych sposobów radzenia sobie z własnymi emocjami.

## Jak powstał program „Spotkania z Leonem”?

Cykl zajęć psychoedukacyjnych „Spotkania z Leonem” to autorski program zajęć Ewy Czemieszewskiej-Koruby i Huberta Czemieszewskiego.

Jesteśmy oboje psychologami, z doświadczeniem zarówno w pracy z dziećmi, jak też w zakresie prowadzenia warsztatów dla nauczycieli. Jednym z obszarów, którym szczególnie zajmujemy się w swojej pracy jest właśnie problematyka trudnych zachowań dzieci – w tym agresji i przemocy rówieśniczej. Wiele osób pyta, skąd pomysł programu i jego tytułowej postaci – Leona. Od dłuższego czasu widzieliśmy potrzebę opracowania cyklu zajęć adresowanych do przedszkolaków i najmłodszych uczniów, którego celem byłoby zapobieganie zachowaniom agresywnym. Nasze kontakty z nauczycielami przedszkoli i młodszych klas szkół podstawowych oraz własne doświadczenia w pracy z dziećmi pozwoliły zidentyfikować tematy i obszary, które uwzględniliśmy w programie – m.in. pogłębienie świadomości swoich uczuć, radzenie sobie ze złością, skarżenie, rozwiązywanie konfliktów. Samą pracę nad programem wspominamy oboje bardzo dobrze – wiedzieliśmy od początku, czego chcemy nauczyć dzieci i co im przekazać. W szczególności zależało nam, aby dzieci mogły lepiej zrozumieć, dlaczego nie powinny zachowywać się agresywnie. Dziecko przedszkolne nie rozumie jeszcze istoty zakazów i nakazów, a reguły moralne ujmuje jako narzucone z zewnątrz, nie zastanawiając się nad ich sensem; jeśli więc ich przestrzega, to podporządkowując się autorytetowi oraz z lęku przed karą. Ważni dorośli – rodzice, wychowawcy – często to wzmocniają, poprzestając na ogólnej ocenie agresywnego, krzywdzącego zachowania dziecka, (zachowateś się: „brzydko”, „źle”, „nieładnie”, „niewłaściwie”) i oczekując, że taki komentarz

wystarczy dla wyeliminowania zachowań niepożądanych. Warto więc już w wieku przedszkolnym uczyć dzieci, że reguły są umowami stworzonymi po to, aby się chronić i sobie pomagać, a zachowania są „złe” ze względu na ich skutki – szkodę lub krzywdę, jaką wyrządzają innym. Pisząc program „Spotkania z Leonem” (który zresztą nie miał jeszcze na tym etapie ani nazwy, ani tytułowego bohatera) szukaliśmy więc jakiegoś wyraźnego, obrazowego sygnału zwracającego uwagę dzieci na to, że oto właśnie ktoś cierpi, komuś dzieje się krzywda. Może więc jakiś stworek, który wydaje ostrzegawcze dźwięki? Albo zmienia kolor? Ale zaraz... przecież ... a może po prostu kameleon? A w skrócie – Leon. Ale taki specjalny kameleon, który – jak sam o sobie mówi – jest „wykrywaczem uczuć i nastrojów”. I wyjaśniając to dodaje: „Kiedy ja, albo inni ludzie czujemy się dobrze, robię się kolorowy, a kiedy komuś jest źle, zaraz tracę kolor i jestem całkiem szary.”

I tak narodził się Leon.

## O programie

Głównym celem programu „Spotkania z Leonem” jest profilaktyka zachowań agresywnych u dzieci poprzez:

- pogłębienie świadomości własnych uczuć,
- uwrażliwienie na potrzeby i uczucia innych osób,
- poznanie konstruktywnych sposobów wyrażania złości,
- naukę radzenia sobie w sytuacjach trudnych i konfliktowych,
- uświadomienie sobie swojej roli w pomaganiu innym,
- poznanie zasad dobrej współpracy z innymi.

Program przeznaczony jest dla dzieci w wieku 5-9 lat i zawiera 10 ilustrowanych scenariuszy zajęć, stanowiących cykl. Każde z nich przewidziane jest do poprowadzenia podczas jednego spotkania

z dziećmi, mniej więcej co 1-2 tygodnie. Poszczególne scenariusze można też dzielić na części – w zależności od potrzeby i możliwości dzieci. Motywem przewodnim treści zajęć są kolejne wydarzenia z życia tych samych bohaterów – rodzeństwa bliźniąt: Julki i Julka oraz ich przyjaciela – kameleona o imieniu Leon. Każdy scenariusz zaczyna się opowiadaniem – historyjką, w której występują wymienione postacie, a kończy się wierszykiem, który zawiera wniosek wynikający z zajęć. Program obejmuje też ostatnie, dodatkowe zajęcia, stanowiące podsumowanie i zakończenie całego cyklu.

Do programu dołączone są ilustracje – rysunkowe pomoce do zajęć.

Tematy zajęć są następujące:

1. Czego potrzebujemy, żeby czuć się dobrze?
2. Przyjemne i nieprzyjemne uczucia
3. Złość
4. Jak mogę sobie poradzić, gdy ktoś mi dokucza?
5. Czy wolno skarżyć?
6. Jak pomóc innym?
7. Czy warto dokuczać innym?
8. Przepraszanie
9. Współpraca w grupie
10. Rozwiązywanie konfliktów

## Szkolenie

Program „Spotkania z Leonem” powstał w 2009 roku i niewiele później rozpoczęliśmy szkolenie pierwszych realizatorów. Szkolenie – oprócz głównego celu, jakim jest przygotowanie uczestników do prowadzenia zajęć z dziećmi – zakłada również zdobywanie wiedzy na temat agresji u dzieci oraz nabycie podstawowych praktycznych umiejętności reagowania na zachowania agresywne.

Szczegółowa tematyka szkolenia to:

- charakterystyka ról dzieci w sytuacji agresji, sposoby interweniowania w sytuacji agresji, stosowanie właściwych konsekwencji wobec agresorów, sposoby postępowania z uczestnikami agresywnych konfliktów
- poznanie celów, treści i metod programu „Spotkania z Leonem”,
- praktyczne poznanie i ćwiczenie scenariuszy zajęć,
- praktyczne umiejętności rozwiązywania sytuacji trudnych w pracy z grupą.

Szkolenie prowadzone jest w małych grupach (do 20 osób) i trwa 20 godz. dydaktycznych, realizowanych podczas 2 dni zajęć. W tym czasie uczestnicy dokładnie poznają program poprzez symulację zajęć z dziećmi, a więc „przerabiając na sobie” wszystkie scenariusze zajęć i ćwicząc praktycznie umiejętności reagowania na trudne zachowania dzieci. Z informacji zwrotnych uzyskanych od realizatorów wynika, że bardzo doceniają oni zawartość i praktyczny sposób prowadzenia szkolenia. Według jednej z opinii „warsztat dla nauczycieli oprócz zapoznania z programem i metodyką prowadzenia zajęć dostarcza solidnej porcji wiedzy na temat zachowań agresywnych dzieci, dokuczania oraz praktycznych umiejętności reagowania przez dorosłych na agresję dzieci”.

## Jak dzieci odbierają program?

Rozpocznę od wypowiedzi jednej z realizatorek: *Dzieci uwielbiają Leonka i naprawdę na niego czekają. W ubiegłym roku 4-latki patrzyły z zazdrością, jak idę z Leonkiem do 5-latków i teraz już mnie męczą, „kiedy przyjdzie on do nich”.*

*Spotkania z Leonem zawsze sprawiały dzieciom wiele radości. Często powtarzały wiersze Leona mówiący do siebie, że Leon zrobiłby się szary – oceniając postępowanie innych.*

Podobne informacje otrzymujemy praktycznie od wszystkich realizatorów programu. Tytułowy

Leon jest dla dzieci postacią bliską i sympatyczną. To miły zwierzak, czasem praktyczny i rozsądny, a czasem nieco nieporadny i mający problemy w znalezieniu się w obcych dla niego warunkach. Być może również dlatego nie „wymądrza się” i nie moralizuje, lecz często korzysta z pomocy dzieci lub uczestniczy wspólnie z nimi w rozwiązywaniu pojawiających się problemów. Nauczyciele często dodatkowo pogłębiają tę bliską relację, pozwalając dzieciom przywitać się z Leonem (występującym podczas zajęć w postaci maskotki lub pacynki), pogłaskać go, potrzymać na kolanach lub aranżując odwiedziny Leona w domach dzieci.

Inna z realizatorek opowiada, że dzieci, które aktualnie są w klasie V, a kilka lat temu brały udział w zajęciach, wciąż o nich pamiętają i wołają: „Leon, Leon!”, widząc ją podczas przerwy na korytarzu szkolnym.

Kolejna z realizatorek pisze: „Odzew ze strony dzieci, rodziców i nauczycieli jest bardzo pozytywny, jeśli chodzi o ten program. Dzieci, jak już wcześniej pisałam, uwielbiają Leonka. Ponieważ nie dawały mi spokoju w ubiegłym roku – pozwoliłam sobie dopisać część dodatkową, mam nadzieję, że Autorzy nie będą mi mieli tego za złe: dzieci pisały list do Leona i potem dostawały odpowiedź od niego (dwa zajęcia). Leon pisał, jak się czuje teraz w dżungli, co opowiadał zwierzętom o pobycie w przedszkolu i proponował dzieciom zabawy, których aktualnie nauczył się od zwierząt w dżungli. Były to oczywiście zabawy integrujące i uczące empatii.”

Powyższa wypowiedź sygnalizuje również kolejną specyficzną właściwość programu - inspirowanie i rozwijanie również jego realizatorów. Nauczyciele prowadzący zajęcia chętnie spontanicznie rozbudowują materiały i treści programu, a ich pomysły często na trwałe go wzbogacają. Jedną z uczestniczek szkolenia napisała słowa piosenki „Co na to Leon” (do znanej melodii „Co powie tata”), która następnie – za jej zgodą – jest udostępniana kolejnym realizatorom. Autorzy programu są otwarci na pomysły nauczycieli i często z nich

korzystają, rozbudowując opisy zajęć o praktyczne uwagi i propozycje, dotyczące na przykład tego, jak dopasować sposób prowadzenia zajęć do wieku dzieci (ten sam temat dla 5- latka i ucznia klasy II lub III stanowi często wyzwanie) lub jakie dodatkowe zabawy można wprowadzić podczas realizacji poszczególnych scenariuszy.

## Efekty prowadzenia zajęć

Mamy na ten temat sporo informacji od jego realizatorów, pozwalających wnioskować, że udział w programie wpływa korzystnie zarówno na zachowania poszczególnych dzieci, jak i na relacje w grupie. W tym miejscu znów pozwolę sobie oddać głos kilku nauczycielom realizującym program:

- *Podczas zajęć dzieci bardziej siebie poznały i lepiej rozumiały. Podczas różnych sytuacji konfliktowych wracały do omawianych z Leonem sposobów np. radzenia sobie ze złością, przepraszania itp. Wychowawca również mógł na co dzień wykorzystywać Leona, pytając dzieci co w danej sytuacji doradziłby Leon.*
- *Mam w klasie ucznia, który jest bardzo impulsywny, a przy tym agresywny. Ten chłopiec chyba bardziej niż inni uczniowie przyjmował osobiście treści programu i odnoszę wrażenie, że dzięki tym zajęciom bardziej panuje nad swoimi emocjami, zwłaszcza złością.*
- *W mojej grupie sporo dzieci „skarży” z błahych powodów. Myślę, że scenariusz, który o tym mówi, jest bardzo dobry i pomaga dzieciom zrozumieć, że należy też polegać na sobie i kolegach, a nie tylko na dorosłych.*
- *Zachowania bohaterów były dla dzieci wyzwaniem do przemyśleń własnych poczynań relacjach w grupie przedszkolnej. Zabawy z Leonem były również wartościowe dla nauczycieli – wielka pomoc w rozwiązywaniu konfliktów, w akceptacji potrzeb innych.*

- *Zauważyłam u dzieci dojralsze zachowania w sferze emocjonalnej – w wyrażaniu własnych emocji, w powstrzymaniu się zachowań agresywnych w stosunku do innych.*

Nauczyciele sygnalizują, że dzieci aktywnie uczestniczyły w zajęciach, a program był dla nich atrakcyjny nie tylko ze względu na jego treść, ale również ciekawą formę zajęć oraz ilustracje i wierszyki. W ich opinii program stwarza możliwość twórczego udziału dzieci w zajęciach poprzez scenki i rozwijanie wątków fabularnych. Oryginalny pomysł wywołuje u dzieci chęć fantazjowania oraz twórczego rozwijania tematów i wydarzeń. Dopracowane plastycznie rysunki ubarwiają zajęcia – z jednej strony ilustrując opowieść fabularną, a jednocześnie stanowiąc punkt wyjścia do własnych, oryginalnych wypowiedzi dzieci. Atrakcyjne jest też połączenie egzotyki – kameleona, który sygnalizuje uczucia i emocje oraz realiów przedszkola i zwykłej, przeciętnej rodziny.

Program i sama postać Leona – nawet po zakończeniu realizacji zajęć – długo stanowi w grupie punkt odniesienia w trudnych sytuacjach. Nauczyciele często się do niego odwołują pytając na przykład: „A co by na to powiedział Leon?” lub: „Jak myślicie, jaki kolor miałby teraz Leon?”, albo też komentując: „Leonowi by się to nie spodobało...”

Również dzieci spontanicznie powołują się na Leona w sytuacjach konfliktowych. Z kolei postać Julka i Julki stanowi dla nich aspekt odniesienia do samego siebie i dzieci mogą się z nimi identyfikować, łatwiej przyjmując treści programu.

Nauczyciele realizujący program „Spotkania z Leonem” deklarują chęć i potrzebę prowadzenia zajęć również w przyszłości, w kolejnych grupach lub klasach. Jednocześnie autorzy odbierają od realizatorów wiele próśb o „dopisanie” kolejnej serii zajęć, traktujących o przygodach Leona. Mamy już



nawet na to jakiś pomysł... może więc pojawi się w końcu jakiś „Powrót Leona” ?

**Ewa CZEMIEROWSKA-KORUBA** – psycholog z wieloletnim doświadczeniem w pracy z dorosłymi, dziećmi i młodzieżą. Specjalizuje się w prowadzeniu warsztatów i treningów psychologicznych dla nauczycieli - głównie w zakresie umiejętności interpersonalnych i wychowawczych oraz profilaktyki uzależnień i agresji. Jest trenerem rekomendowanym przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne, jako trener współpracuje z wieloma instytucjami, placówkami oświatowymi i organizacjami pozarządowymi. Autorka wielu publikacji o tematyce psychologicznej i wychowawczej oraz współautorka programów zajęć wychowawczo-profilaktycznych dla dzieci i młodzieży: „Spójrz Inaczej”, „Spójrz inaczej na agresję” i „Spotkania z Leonem”.