

Zachowania pożądane podczas rozmowy z dzieckiem krzywdzonym:

- 1. Zwracaj się do dziecka tonem adekwatnym do jego stanu emocjonalnego.**
 - **Przykład:** Jeśli dziecko jest przestraszone, powiedz łagodnie: „Rozumiem, że możesz się teraz bać. Jesteśmy tu, żeby Ci pomóc.”
 - **Przykład:** W przypadku zdenerwowania: „Widzę, że jesteś zdenerwowany. Możemy zrobić przerwę, jeśli tego potrzebujesz.”
- 2. Obserwuj dziecko, czy jesteś przez nie rozumiany.**
 - **Przykład:** Jeśli dziecko wygląda na zdezorientowane, zapytaj: „Czy wiesz, o co pytam? Możemy spróbować powiedzieć to inaczej.”
 - **Przykład:** Po zadaniu pytania: „Czy wiesz, co to znaczy ‘krzywda’? Jeśli nie, mogę Ci to wyjaśnić.”
- 3. Zaczynaj od pytań łatwiejszych.**
 - **Przykład:** „Czy lubisz chodzić do szkoły?” zamiast od razu pytać: „Czy w szkole coś Cię zmartwiło?”
 - **Przykład:** „Jakie zabawy lubisz najbardziej?” jako wprowadzenie do bardziej trudnych pytań.
- 4. Zwracaj uwagę, by jedno pytanie dotyczyło jednej kwestii.**
 - **Przykład:** Zamiast: „Czy ktoś był zły na Ciebie i coś Ci zrobił?”, zapytaj: „Czy ktoś był na Ciebie zły?” i później: „Co wtedy zrobił?”
 - **Przykład:** „Gdzie to się stało?” zamiast „Kto i gdzie to zrobił?”
- 5. Daj dziecku czas na zastanowienie się nad odpowiedzią.**
 - **Przykład:** Po pytaniu: „Czy pamiętasz, kiedy to było?”, poczekaj w ciszy, nie naciskając.
 - **Przykład:** Jeśli dziecko milczy, powiedz: „Możesz zastanowić się tyle, ile potrzebujesz.”
- 6. Używaj prostych konstrukcji gramatycznych.**
 - **Przykład:** Zamiast „Czy możesz bardziej szczegółowo opisać sytuację?”, powiedz: „Opowiedz mi, co się stało.”
 - **Przykład:** „Kto to zrobił?” zamiast „Czy możesz powiedzieć, kto był odpowiedzialny?”
- 7. Formułuj krótkie pytania.**
 - **Przykład:** „Co się stało?” zamiast „Czy możesz opowiedzieć, jak się czułeś, kiedy to wszystko miało miejsce?”
 - **Przykład:** „Czy to było w domu?” zamiast „Czy możesz powiedzieć, czy to zdarzenie miało miejsce w domu lub gdzie indziej?”
- 8. Używaj strony czynnej.**
 - **Przykład:** „Kto Cię uderzył?” zamiast „Czy byłeś uderzony przez kogoś?”
 - **Przykład:** „Co tata zrobił?” zamiast „Co zostało zrobione przez tatę?”
- 9. Używaj nazw własnych i imion.**
 - **Przykład:** „Czy Pan Marek coś Ci zrobił?” zamiast „Czy ktoś coś Ci zrobił?”
 - **Przykład:** „Co zrobiła Pani Anna?” zamiast „Co ona zrobiła?”
- 10. Używaj prostego słownictwa.**
 - **Przykład:** „Czy bolało?” zamiast „Czy odczuwałeś dyskomfort?”
 - **Przykład:** „Czy ktoś był zły?” zamiast „Czy odczuwałeś negatywne emocje w wyniku interakcji z kimś?”
- 11. Wyjaśniaj znaczenie używanych przez dziecko określeń.**
 - **Przykład:** Dziecko mówi: „Było źle.” Możesz zapytać: „Co masz na myśli, kiedy mówisz ‘źle’?”

- **Przykład:** Dziecko mówi: „On mnie uderzył.” Zapytaj: „Czy mówisz, że Cię uderzył ręką, czy czymś innym?”
12. **Przed pytaniem wymagającym szczególnej wiedzy upewnij się, że dziecko ją ma.**
- **Przykład:** Zanim zapytasz „Co wtedy czułeś?”, możesz zapytać: „Czy wiesz, co to znaczy czuć się przestraszonym?”
 - **Przykład:** „Czy pamiętasz, ile to było dni temu?” zamiast „Kiedy dokładnie to się stało?”
-

Zachowania niepożądane:

1. **Nie przeskakuj z tematu na temat.**
 - **Przykład:** Zamiast: „Co się stało? A potem? A kto jeszcze był w domu?”, pytaj kolejno: „Co się stało? Czy ktoś był z Tobą?”
 2. **Nie zadawaj więcej niż jednego pytania na raz.**
 - **Przykład:** Zamiast: „Czy byłeś w domu i czy ktoś tam coś zrobił?”, zapytaj: „Czy byłeś w domu?”
 3. **Unikaj gestykulacji i nasilonej mimiki twarzy.**
 - **Przykład:** Jeśli dziecko opowiada o trudnym wydarzeniu, unikaj szeroko otwierania oczu czy kręcenia głową.
 4. **Nie używaj zaprzeczeń.**
 - **Przykład:** Zamiast: „Czy nikt Cię nie skrzywdził?”, zapytaj: „Czy ktoś Cię skrzywdził?”
 5. **Unikaj niejasnych określeń.**
 - **Przykład:** Zamiast: „Czy te rzeczy Cię przestraszyły?”, pytaj: „Czy coś w tym zdarzeniu Cię przestraszyło?”
-

Budowanie pozytywnej relacji z dzieckiem:

1. **Zwracaj się do dziecka używając jego imienia.**
 - **Przykład:** „Aniu, możesz mi powiedzieć, co się stało?”
 - **Przykład:** „Jasiu, jeśli chcesz przerwać, powiedz mi.”
 2. **Stwórz bezpieczną atmosferę.**
 - **Przykład:** „Cokolwiek mi powiesz, postaram się Ci pomóc.”
 - **Przykład:** „Nie musisz odpowiadać na wszystko od razu. Masz czas.”
 3. **Mów powoli i wyraźnie.**
 - **Przykład:** „Opowiedz mi, co się wydarzyło, kiedy poczujesz się gotowy.”
 4. **Wyrażaj zainteresowanie dzieckiem.**
 - **Przykład:** Kiwnij głową i powiedz: „Mhm, rozumiem, mów dalej.”
 - **Przykład:** „To, co mówisz, jest dla mnie bardzo ważne.”
-

1. Nie przekraczaj przestrzeni fizycznej dziecka, pozostań w bezpiecznej dla niego odległości.

- Dziecko może odczuwać niepokój, jeśli zbliżysz się zbyt blisko. Respektuj jego osobistą przestrzeń.
 - **Przykład błędu:** Dotykanie ramienia dziecka bez jego zgody lub siadanie bardzo blisko.
 - **Jak tego uniknąć:** Zapytać: „Czy mogę usiąść obok Ciebie?” lub pozostać na wyraźny dystans, pozwalając dziecku poczuć się komfortowo.
-

2. Nie pospieszaj dziecka, dawaj mu czas na zastanowienie się nad odpowiedziami.

- Presja może spowodować wycofanie lub błędne odpowiedzi.
 - **Przykład błędu:** „Dlaczego nic nie mówisz? Odpowiedz szybciej!”
 - **Jak tego uniknąć:** Powiedz: „Masz tyle czasu, ile potrzebujesz, by odpowiedzieć.”
-

3. Nie oceniaj dziecka i jego wypowiedzi.

- Krytyczne uwagi mogą wywołać wstyd lub zamknięcie się dziecka.
 - **Przykład błędu:** „To dziwne, że tak zrobiłeś.”
 - **Jak tego uniknąć:** Powiedz: „Rozumiem, że mogło Ci być trudno podjąć tę decyzję.”
-

4. Nie reaguj zdziwieniem na wypowiedzi dziecka, nawet jeśli są szokujące.

- Widoczny szok czy niedowierzanie może sprawić, że dziecko poczuje się osamotnione.
 - **Przykład błędu:** „Nie mogę uwierzyć, że coś takiego się wydarzyło!”
 - **Jak tego uniknąć:** Powiedz: „To, co mówisz, jest bardzo ważne. Dziękuję, że mi o tym mówisz.”
-

5. Nie komentuj opisywanych sytuacji z perspektywy dorosłych.

- Dziecko może czuć się niezrozumiane, jeśli zaczniesz oceniać sytuację swoim punktem widzenia.
 - **Przykład błędu:** „To musiało być przerażające.”
 - **Jak tego uniknąć:** Zapytaj: „Jak się wtedy czułeś/czułaś?”
-

6. Nie zmuszaj dziecka do odpowiedzi, mówiąc, że powinno coś wiedzieć lub pamiętać.

- Wymuszanie może prowadzić do fałszywych zeznań lub wycofania.

- **Przykład błędu:** „Na pewno wiesz, kto to zrobił, powiedz!”
 - **Jak tego uniknąć:** Powiedz: „Jeśli nie pamiętasz, to w porządku. Możemy spróbować później.”
-

7. Nie składaj dziecku obietnic bez pokrycia.

- Fałszywe zapewnienia mogą złamać zaufanie.
 - **Przykład błędu:** „Obiecuję, że nikt więcej Cię nie skrzywdzi.”
 - **Jak tego uniknąć:** Powiedz: „Zrobię wszystko, co w mojej mocy, żeby Ci pomóc.”
-

8. Nie pytaj dziecka, czy sprawca jego krzywdy powinien być ukarany i w jaki sposób.

- Dziecko nie powinno być obciążane taką odpowiedzialnością.
 - **Przykład błędu:** „Co powinno się stać z tą osobą?”
 - **Jak tego uniknąć:** Skup się na dziecku: „Czy chciałbyś/chciałabyś, żeby ktoś pomógł Ci w tej sytuacji?”
-

9. Nie oceniaj osób bliskich dziecku.

- Dziecko może czuć się lojalne wobec rodziny, nawet jeśli to ona jest źródłem krzywdy.
 - **Przykład błędu:** „Twoja mama postąpiła bardzo źle.”
 - **Jak tego uniknąć:** Powiedz: „Widzę, że ta sytuacja była dla Ciebie trudna.”
-

10. Nie wpadaj w panikę, kiedy dziecko uzewnętrznia swoje negatywne emocje.

- Panika dorosłego może wzbudzić w dziecku poczucie winy.
 - **Przykład błędu:** „Przestań płakać, wszystko będzie dobrze!”
 - **Jak tego uniknąć:** Powiedz: „Widzę, że jesteś bardzo smutny/smutna. Jestem tu, żeby Cię wysłuchać.”
-

11. Nie mów dziecku „Nie płacz” lub „Nie denerwuj się”.

- Tego rodzaju komunikaty mogą blokować naturalne emocje dziecka.
 - **Przykład błędu:** „Nie płacz, to nic takiego.”
 - **Jak tego uniknąć:** Powiedz: „To w porządku, że płaczesz. Jeśli chcesz, mogę być tu z Tobą.”
-

12. Nie naciskaj na dziecko, aby odpowiedziało na pytanie.

- Dziecko może poczuć się przytłoczone lub zawstydzone.
- **Przykład błędu:** „Powiedz mi teraz, co się stało!”
- **Jak tego uniknąć:** Powiedz: „Jeśli nie chcesz teraz mówić, możemy poczekać, aż będziesz gotowy/gotowa.”