

„Dom mojego kolegi”

Pilotażowa lekcja wychowawcza o bezdomności młodych dla szkół średnich

autorka: mgr Katarzyna Gedzar, psycholog
konsultacja metodyczna: mgr Irena Wolska

Lekcja wychowawcza „Dom mojego kolegi” jest adresowana do uczniów szkół ponadpodstawowych. Jej celem jest wskazanie sposobów budowania wrażliwej i odpowiedzialnej społeczności szkolnej. Środowisko szkolne to miejsce, w którym młodzi ludzie poznają zasady funkcjonowania społeczeństwa i zdobywają doświadczenie ułatwiające im harmonijne egzystowanie. **Podobnie jak wśród dorosłych ludzi, również w grupie nastolatków i młodych dorosłych znajdują się osoby w kryzysie bezdomności.** Zyskanie świadomości istnienia bezdomności wśród osób młodych może umożliwiać zarówno profilaktykę zjawiska, jak i przeciwdziałanie jego skutkom dzięki uwrażliwieniu osób młodych na siebie nawzajem. Dostęp do wiedzy na temat miejsc niosących pomoc młodym bezdomnym osobom oraz strategii niesienia im osobistej pomocy stanowi praktyczne uzupełnienie części teoretycznej.

Cel ogólny: uwrażliwienie nastolatków i młodych dorosłych na osoby dotknięte bezdomnością oraz wskazanie możliwości pomocy im.

Cele szczegółowe:

- uczeń zna przyczyny i skutki bezdomności młodych osób;
- uczy się rozpoznawać objawy bezdomności u młodych osób z bliskiego otoczenia;
- uczeń buduje postawę wrażliwości i odpowiedzialności społecznej.

Odbiorcy: uczniowie

Wiek: 15–20 lat

Czas trwania: 1 godzina lekcyjna (45 min)

Miejsce: klasa, świetlica, biblioteka

Wymagany sprzęt: laptop z dostępem do Internetu, rzutnik, kartki, długopisy. Opcjonalnie: tablety; smartfony (prywatne uczniów), dostęp uczniów do bezpłatnych aplikacji do tworzenia infografik np. Canva, można skorzystać z aplikacji Mentimeter do udostępniania na żywo na ekranie odpowiedzi uczniów (www.mentimeter.com).

Załącznik: prezentacja multimedialna do wyświetlania w trakcie lekcji

Osoby prowadzące: nauczyciele, pedagodzy, psychologowie szkolni

Wstęp teoretyczny - przygotowanie teoretyczne dla osoby prowadzącej

Cechy charakterystyczne młodzieży i młodych dorosłych w kryzysie bezdomności odbiegają od przeciętnego wyobrażenia zaniedbanej osoby bezdomnej. **Z zewnątrz młode osoby bezdomne mogą nie posiadać żadnych oznak swojej trudnej sytuacji bytowej, co przyczynia się do ich społecznej “niewidzialności”.** Młode bezdomne osoby często są zewnętrznie zadbane i modnie ubrane, mają staranny makijaż, schludną fryzurę, posiadają smartfony, gadżety; usilnie szukają sposobów na ukrycie oznak braku własnego lokum.

Młodzi ludzie zmagający się z bezdomnością za dnia przebywają **w centrach handlowych, kawiarniach, spędzając czas “na smartfonie”, luźnych rozmowach, czasem na wspólnych pasjach**, np. ulicznym muzykowaniu czy ćwiczeniu parkour; czasami pracują. Unikają miejsc potocznie kojarzonych z bezdomnością. Często sprawiają wrażenie bez trosk młodych ludzi. Noce młode osoby bezdomne spędzają na różne sposoby:

- w klubach, na imprezach
- śpiąc “kątem”, na kanapie u znajomych
- na squotach
- podróżując komunikacją miejską, w której mogą zdrzemnąć się i ogrzać.

Tego typu praktyki mogą dawać złudzenie młodzieńczego, nasyczonego zabawą i przygodami stylu życia. Kryzys bezdomności młodych osób zwykle występuje jednocześnie z innymi zjawiskami (wśród których można także szukać przyczyn bezdomności), takimi jak **doświadczenie traum, przemocy i zaniedbań w przeszłości i aktualnie, deficyty relacji, zaburzenia psychiczne, uzależnienia, dorastanie w placówkach opiekuńczo-wychowawczych, konflikty z prawem czy identyfikowanie się jako osoby LGBTQ+.**

Niedopuszczanie do świadomości faktu bycia osobą bezdomną, czy twierdzenie, że “nie jest jeszcze tak źle”, “jakoś sobie radzę”, to często uruchamiane **mechanizmy obronne** u osoby bezdomnej, dzięki którym łagodzi ona swoje cierpienie związane z kryzysem i nie “rozpada się” wewnętrznie. Zaprzeczanie swojej sytuacji skutkuje opóźnianiem sięgania po pomoc. Młoda osoba w kryzysie bezdomności może nie wiedzieć, gdzie szukać pomocy. Może również nie mieć siły na szukanie rozwiązań.

Miejsca, gdzie należy szukać pomocy, to najbliższe **ośrodki pomocy społecznej** dysponujące rozwiązaniami dla osób zmagających się z bezdomnością (schroniska, noclegownie, ogrzewalnie, jadalnie, łaźnie, mieszkania treningowe) i organizacje pozarządowe świadczące pomoc osobom bezdomnym.

Dobrze, aby osoby niepełnoletnie nie brały odpowiedzialności za szukanie pomocy na siebie i udały się do zaufanego dorosłego, np. nauczyciela, trenera, dawnego wychowawcy, który pomoże w szukaniu rozwiązań.

Scenariusz lekcji

I Wprowadzenie (5 min)

[Aby uruchomić pokaz slajdów prezentacji dla uczniów w programie Adobe Reader, wciśnij Ctrl+L]

Osoba prowadząca uruchamia slajd tytułowy (→ **Slajd 1**) i mówi:

„Podczas dzisiejszych zajęć spróbujemy zastanowić się o tym, czym jest bezdomność, i czy mogą jej doświadczać osoby z waszego bliskiego otoczenia. Aby nasza praca przebiegała sprawnie i efektywnie, na początku chcę wam przedstawić kilka zasad, które pomogą nam czuć się komfortowo w czasie dzisiejszych zajęć.” (zasady wyświetlone są na slajdzie (→ **Slajd 2) lub spisane na tablicy).”**

Slajd 2.

Zasady uczestniczenia w lekcji:

1. Próbuję nie oceniać innych osób, zamiast tego próbuję je akceptować takimi, jakimi są.
2. Próbuję uważnie słuchać wypowiedzi innych.
3. Próbuję aktywnie uczestniczyć w zajęciach.
4. Szanuję i traktuję z dyskrecją informacje i opinie innych osób.
5. Próbuję zachowywać równowagę między śmiechem i żartami a powagą, ponieważ jestem współodpowiedzialny za przebieg lekcji.
6. Nie muszę się wypowiadać. Mówię tylko o tym, o czym chcę mówić.

„Czy te zasady wydają się wam sensowne? Czy chcielibyście dodać jakąś zasadę?”

Osoby uczestniczące mogą dopisać ważne dla nich zasady. Po tym osoba prowadząca zapisuje na tablicy hasło **osoba bezdomna**. Następnie zadaje pytanie wprowadzające w tematykę lekcji:

“Zgodnie z moją zapowiedzią, będziemy mówić o problemie bezdomności. Dlatego proszę, zastanówcie się i powiedzcie/napiszcie: co przychodzi wam do głowy gdy myślicie o osobie bezdomnej? Jak ona wygląda, gdzie przebywa, ile ma lat, czym się charakteryzuje?”

[Odpowiedzi przewidywane: brud / alkohol / narkotyki / żebranie / osoba w średnim wieku / złodziej / brak higieny / smród / “menel, żul” / niechęć do podjęcia pracy / lenistwo / zniszczona odzież / margines społeczny / osoba bezwartościowa / osoba społecznie szkodliwa / takie osoby chcą być bezdomne, wybierają taki tryb życia / żyją pod mostem, na dworcu, na ławce w parku]

Odpowiedzi zapisywane są na tablicy / slajdzie / udostępniane i wyświetlane za pomocą aplikacji Mentimeter.

II Ćwiczenie „Gdy brakuje domu...” (10 min)

Ma na celu identyfikację przez osoby uczestniczące potrzeb, które są zaspokajane dzięki posiadaniu domu, a które nie są zaspokajane, gdy się domu nie posiada, a także próbę zrozumienia i empatyzowania z sytuacją młodej bezdomnej osoby.

Osoba prowadząca mówi:

“Dobierzcie się w grupy czteroosobowe.”

Gdy utworzone zostaną grupy, osoba prowadząca podaje polecenie:

“Aby spróbować zrozumieć sytuację osoby bezdomnej, proszę: wyobraźcie sobie, że kończycie dziś lekcje i wszyscy rozchodzicie się do domu, poza jedną osobą z Was, która nie ma domu, do którego mogłaby wrócić. Czego będzie tej osobie brakować przez resztę dnia i najbliższą noc?”

[Odpowiedzi przewidywane: ...miejsca do spania/schronienia przed zimnem/ciepła/miejsca do spędzania wolnego czasu, nauki i odpoczynku/miejsca do przygotowania posiłku/(poczucia) bezpieczeństwa/światła/miejsca do umycia się/miejsca do przechowywania swoich rzeczy/miejsca do wyprania ubrań/itp.]

Osoby reprezentujące grupy proszone są o głośne przeczytanie odpowiedzi. Osoba prowadząca notuje je na tablicy, na slajdzie lub gromadzi i wyświetla za pomocą aplikacji Mentimeter. Na koniec osoba prowadząca komentuje:

“Podobne sytuacje jak przedstawiona w ćwiczeniu zdarzają się młodym ludziom, także niepełnoletnim, codziennie. Z różnych powodów nie mogą wrócić do swoich domów - na przykład zostali z nich wyrzuceni lub nie mogą do nich wrócić, bo boją się trwającej w nich przemocy. Takie osoby próbują sobie radzić - na przykład dzień spędzają w galeriach handlowych, a nocą śpią na kanapie u znajomych; nocą idą do klubu, jeżdżą tramwajem, autobusem, metrem, gdzie jest ciepło i można się trochę przespać. Młode bezdomne osoby często za wszelką cenę próbują sobie radzić i nie dać po sobie poznać, w jakich żyją warunkach - ze wstydu, lub ze strachu przed odrzuceniem. Czasem same nie uzmysławiają sobie, że mierzą się z bezdomnością, czyli nieposiadaniem własnego domu, lub utrudnieniem w dostępie do niego. Często udaje się tym osobom zachować higienę, mają czyste i nawet modne ubrania, różne gadżety takie jak smartfony czy słuchawki. Przez to często nie wyróżniają się w grupie i nie są postrzegani jako bezdomni.

Zapraszam Was do obejrzenia kilku rolek na Instagramie, w których młode osoby opowiadają o swoim doświadczeniu bezdomności. [Prowadzący wyświetla → Slajdy 3,4 i 5, na których znajdują się kody QR do pięciu rolek na Instagramie oraz do konta @ofrbpoland, na którym znajduje się więcej podobnych rolek, dla chętnych osób].

Powiedzcie, czy ten obraz młodej bezdomnej osoby jest różny od stereotypowego obrazu osoby bezdomnej? Co go odróżnia? [Odpowiedzi przewidywane: *wiek osoby / jej wygląd / rzeczy, które posiada / stan higieniczny / miejsca przebywania w dzień i w nocy*]

Trochę już o tym słyszeliście, ale warto zastanowić się głębiej, jakie są przyczyny tego, że ktoś staje się bezdomny, decyduje się na opuszczenie domu bądź jest do tego zmuszony. Na początku zajęć uświadomiliśmy sobie jakie zagrożenia niesie bezdomność. Co więc trudnego musi się wydarzyć, aby młody człowiek znalazł się w tak zagrażających dla niego okolicznościach jak sytuacja bezdomności?

Osoba prowadząca zapisuje odpowiedzi na tablicy lub slajdzie, w razie potrzeby uzupełnia wg poniższych odpowiedzi. [odpowiedzi przewidywane: *doświadczenie traum, przemocy i zaniedbań w przeszłości i aktualnie / deficyty relacji / zaburzenia i choroby psychiczne / dorastanie w placówkach opiekuńczo-wychowawczych / konflikty z prawem / identyfikowanie się jako osoby LGBTQ+.*]

Podsumowanie osoby prowadzącej:

“Zwróćcie uwagę, jak poważne są przyczyny bezdomności. Bezdomność to nie moda, kaprys czy zachcianka. To trauma, kryzys, trudne życiowe doświadczenie, które może na zawsze zmienić życie, uczynić je trudnym ponad siły młodego człowieka. Bezdomność bywa efektem doznawania przemocy w domu rodzinnym, zaniedbań, braku ważnych i silnych relacji. Bezdomność niesie ze sobą poważne zagrożenia, takie jak brak możliwości zaspokojenia podstawowych potrzeb człowieka – potrzeby poczucia bezpieczeństwa, snu, ciepła, ciepłego posiłku, umycia się czy wyprania ubrań, a w dłuższym okresie czasu może prowadzić do uzależnienia, problemów zdrowotnych czy zaburzeń psychicznych.

Doświadczenie uczy, że bez wsparcia ze strony dorosłych, poradzenie sobie w tak trudnej sytuacji jest praktycznie niemożliwe. Zastanówmy się wspólnie, czy wy, mając [prowadzący określa liczbę] -naście lat możecie takiej osobie pomóc? Jeśli tak, to w jaki sposób? Jak w ogóle poznać, że młody człowiek mierzy się z bezdomnością? Warto pamiętać, że te osoby, w sposób mniej lub bardziej uświadomiony, opanowały sztukę maskowania się do perfekcji, a więc: ”

III „Skąd mogę wiedzieć?” Czyli jak rozpoznać objawy kryzysu bezdomności u młodych osób (5 min)

Osoba prowadząca zapisuje na tablicy lub wyświetla na slajdzie następujący tekst (**→ Slajd 6**):

Slajd 6. Jak rozpoznać objawy bezdomności u młodej osoby?

1. Czy Twoja znajoma osoba często przez długi czas przebywa w miejscach publicznych, takich jak galerie handlowe, kawiarnie, węzły komunikacyjne?
2. Czy obserwujesz lub wiesz, że ma trudności z dostępem do podstawowych rzeczy, takich jak jedzenie, ubranie czy prysznic?
3. Czy unika rozmów o miejscu zamieszkania?
4. Czy często zmienia miejsce pobytu? Na przykład nocuje “kątem” u różnych znajomych, nocą jeździ komunikacją miejską lub spędza noce na imprezach?

Osoba prowadząca lub chętna osoba uczestnicząca czyta powyższe punkty. Następnie osoba prowadząca wyświetla → **Slajd 7** i mówi:

“Twierdząca odpowiedź na którekolwiek z powyższych pytań może oznaczać, że dana osoba znajduje się w kryzysie bezdomności. Zastanów się, proszę, czy jesteś gotów zareagować w takiej sytuacji. Co cię do tego skłoni? Co będzie cię powstrzymywać? Nie odpowiadaj na głos, zastanów się przez chwilę - w myślach.”

Slajd 7. Dokończ zdanie – sam dla siebie:

“Nie powiem dorosłemu, nawet zaufanemu, że moja znajoma młoda osoba jest bezdomna, bo: “

- ta osoba mnie o to prosiła,
- nie będę donosić,
- nie obchodzi mnie to,
- rodzice mówili, żebym nie wtrącał się w sprawy innych,
- boję się, czuję się bezradny
- obawiam się, że zaszkodzę zamiast pomóc
- inne ...

“Powiem dorosłemu, któremu ufam, że moja znajoma młoda osoba jest bezdomna, bo: “

- każdy ma prawo do domu, to podstawowe prawo człowieka
- każdy jest wart tego, żeby spróbować mu pomóc
- każdy potrzebuje poczucia bezpieczeństwa, chce, żeby komuś na nim zależało
- skutki bezdomności są wyniszczające
- wiem, że są instytucje, które mogą pomóc młodym osobom w kryzysie bezdomności
- inne...

Po tej pracy uczniowie nie dzielą się odpowiedziami.

IV Ćwiczenie “Empatyczna strategia pomagania” (20 min)

Osoba prowadząca wyświetla na slajdzie (→ **Slajd 8**) poniższą tabelę i mówi:

„Zapraszam Was do wykonania ćwiczenia, które pomoże w opracowaniu strategii pomagania w sytuacji, gdy wiesz lub podejrzewasz, że twoja znajoma osoba mierzy się z bezdomnością. Proszę, dobierzecie się w pary. W każdej parze opracujcie w formie infografiki [Infografika - graficzna wizualizacja informacji, często wspomagana grafikami, zaprojektowana tak, by przekazywać odbiorcom dane w przystępny i jasny sposób] strategię działania. Skorzystajcie z darmowego narzędzia do tworzenia infografik [np. Canva]. Ważne, aby wasze strategie uwzględniały następujące zasady [osoba prowadząca czyta je na głos]:”

Slajd 8. JAK POMAGAĆ MŁODEJ OSOBIE W KRYZYSIE BEZDOMNOŚCI?	
<u>JEŻELI JESTEŚ NIEPEŁNOLETNI, NIE ZOSTAWAJ Z PROBLEMEM SAM - UDAJ SIĘ DO OSOBY DOROSŁEJ</u> Opisz sytuację osobie dorosłej, której ufasz - rodzicowi, opiekunowi, nauczycielowi - i poproś o reakcję. Jeśli z jakiegoś powodu nie zareaguje - udawaj się do kolejnych dorosłych osób, do skutku. Nie próbuj organizować pomocy sam - dorośli mają więcej możliwości pomocy niż Ty.	<u>JEŻELI JESTEŚ JUŻ PEŁNOLETNI, MOŻESZ SAM ZGŁOSIĆ SIĘ DO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ</u> i przedstawić pracownikowi socjalnemu (lub pracownikowi fundacji pomagającej osobom w kryzysie bezdomności) sytuację znajomej osoby. Możesz także udać się do zaufanej dorosłej osoby, np. pedagoga, trenera czy wychowawcy i poprosić o pomoc w szukaniu rozwiązania.
<u>PODTRZYMUJ ZWYCZAJNĄ RELACJĘ</u> Zwyczajna rozmowa czy wspólne wyjście, takie samo jak do tej pory, może być pomocne dla osoby w kryzysie. Staraj się nie podkreślać jej sytuacji bezdomności, ani nie dopytywać o jej szczegóły, aby niepotrzebnie nie potęgować przykrych uczuć. Możesz zapewnić o swoim wsparciu.	<u>ZADBAJ O SIEBIE</u> Jeżeli czujesz się przytłoczony wiedzą o sytuacji bezdomności kolegi, odczuwasz bezradność, lęk lub inne trudne uczucia - porozmawiaj o tym z zaufanym dorosłym, np. rodzicem, pedagogiem, psychologiem szkolnym.

Jeżeli jest taka możliwość, uczniowie mogą przysyłać swoje prace osobie prowadzącej, aby ta mogła je wyświetlić na ekranie dla wszystkich. Po zakończeniu tworzenia infografik osoba prowadząca mówi:

“Chętne osoby mogą przedstawić lub przeczytać na głos swoje strategie. Ważne, żebyście pamiętali, że jeżeli ktoś z Was sam zмага się z brakiem domu, nie musi dzielić się tym na głos. Może skorzystać z pomocy zaufanej dorosłej osoby [w tym mojej], [jeśli osoby uczestniczące są pełnoletnie:] zgłosić się do ośrodka pomocy społecznej lub do organizacji pozarządowej zajmującej się pomocą osobom w kryzysie bezdomności.”

Uczniowie prezentują swoje strategie.

IV Podsumowanie i zakończenie (5 min)

[Podsumowanie warto przeprowadzić przy pomocy aplikacji Mentimeter, umożliwiającej anonimowe udostępnianie odpowiedzi. Może też być przeprowadzone w formie rozmowy].

Osoba prowadząca mówi:

“Zajęliśmy się dziś trudnym tematem bezdomności wśród młodych ludzi. Takie treści mogą wywoływać różne nieprzyjemne uczucia, takie jak lęk, bezradność albo strach, oraz wiele różnych myśli. Ciekawi mnie, z jakimi myślami i odczuciami kończycie te zajęcia? Czy ktoś chciałby się nimi podzielić - pamiętając, że nie ma złych ani dobrych uczuć?”

Uczniowie, jeśli mają gotowość, dzielą się przemyśleniami i odczuciami.

Warto, aby osoba prowadząca, jeśli ma taką gotowość, zapewniła na koniec:

“Dziękuję Wam za udział w zajęciach, pracę w grupach i gotowość dzielenia się swoimi przemyśleniami. W razie, gdyby ktoś z Was potrzebował ze mną porozmawiać, zapraszam.”

Koniec lekcji