

Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”. Trzeba pamiętać, że dziecko krzywdzone potrzebuje osoby dorosłej, której będzie mogło zaufać, która będzie otwarta, swobodna w kontakcie, która uwierzy mu i nie będzie bagatelizować jego przeżyć, jednocześnie nie będzie przesadzać z reakcją na to, co usłyszy od dziecka.

### O czym warto więc pamiętać i od czego warto zacząć?

- Przed spotkaniem zastanów się nad celem rozmowy, miejscem spotkania oraz zarezerwuj na nią czas tak, aby skupić się na tym, co mówi dziecko.
- Dziecko prawdopodobnie przeżywa nieprzyjemne emocje przed spotkaniem – okaż ciekawość, jak się czuje, jak mu mijają dzień, o czym myśli.
- Jeśli chcesz dopytać dziecko o szczegóły, to zadawaj pytania otwarte, nie sugeruj odpowiedzi.
- Nie umniejszaj emocji dziecka, nie zaprzeczaj, nie bagatelizuj i nie blokuj ich – pomóż je nazwać.
- Bądź z dzieckiem szczerzy – nie obiecuj rzeczy, których nie jesteś pewny.
- Używaj języka dostosowanego do wieku dziecka.

### Co warto powiedzieć dziecku podczas takiej rozmowy?

Dziecko krzywdzone przez najbliższych, zwłaszcza w rodzinie alkoholowej, bierze odpowiedzialność za to, czego doświadcza, tak jak byliby dorosłym. Można zatem powiedzieć:  
„Nie miałeś wpływu na to, co się stało”, „Niezależnie od tego, co się dzieje, nikt nie ma prawa Cię uderzyć, krzywdzić, wyzywać.”

- Ważne, aby powiedzieć dziecku, że to, co się dzieje, nie jest normą:  
„Bardzo mi przykro, że to Cię spotkało”, „Tak być nie powinno”.
- Dziecko, które doświadcza przemocy ze strony bliskich, nadal ich kocha, choć może jednocześnie czuć różne inne emocje.

Nie krytykuj osób stosujących przemoc, lecz mów o ich zachowaniach.

- Aby wzmocnić i wesprzeć dziecko warto nazwać i znormalizować to, co czuje:  
„To jest naturalne, że się boisz”, „Domyślam się, że możesz się bać, może być Ci smutno”, „Wiele osób na Twoim miejscu czułoby się podobnie”, „To, co czujesz, jest ok”.

Często dzieci, które doświadczają przemocy, mają trudności w skupieniu się, mogą być nieobecne lub przeciwnie – nadpo-budliwe i absorbuujące, mogą mieć wybuchy złości lub płaczu, ważne jest, aby okazać dziecku zrozumienie, mieć dla niego uwagę i cierpliwość.

- Jeśli dorośli zamierza poinformować służby o sytuacji dziecka, to warto dziecku o tym powiedzieć:  
„Spotyka Cię krzywda i ja muszę powiedzieć o tym innym dorosłym, abyśmy mogli Ci pomóc”.

Taka informacja może wzbudzić w dziecku lęk, że coś się stanie rodzicom albo, że zostanie ono odebrane rodzicom. Zatem zawsze ważne jest, by porozmawiać z dzieckiem o tym, co będzie się działo w związku z Twoją reakcją.

Dzieci potrzebują jasnej i zrozumiałej informacji:

- Do Twojego domu prawdopodobnie przyjdzie osoba, która przedstawi się jako pracownik socjalny lub policjant, będzie rozmawiać z mamą lub tatą, może zadawać Ci pytania.
- W szkole pedagog lub psycholog może chcieć porozmawiać z Tobą o tym, co się dzieje w Twoim domu”.

Jeśli jednak nie wiesz, co się wydarzy, warto o tym powiedzieć dziecku wprost:

„Nie wiem w tej chwili, co się wydarzy. Muszę to sprawdzić”.

- Czasem dziecko może Ci ujawnić informacje trudne, szokujące lub dla Ciebie niewiarygodne. Warto pamiętać, aby nie poddawać ich ocenie i nie podważać. W takich sytuacjach trzeba docenić, że dziecko odważyło się powiedzieć o swoich doświadczeniach: