

ŚCIEŻKA POMOCY

PRZEMOC RÓWIEŚNICZA W SZKOLE ➤ RODZIC

Jeśli wiesz, że Twoje dziecko może doświadczać przemocy rówieśniczej – reaguj!

Poniżej znajdziesz wskazówki i informacje co zrobić, żeby pomóc swojemu dziecku.

Co musisz zrobić:

- **Porozmawiaj ze swoim dzieckiem** — zachowaj spokój, unikaj krytyki i oceniania, okaż wsparcie i zrozumienie.
- **Zadbaj o przyjazne, bezpieczne otoczenie rozmowy.**
- Podczas rozmowy **poproś o opisanie sytuacji** w tym zapytaj o konkretne informacje na temat zdarzenia: kto, kiedy, co się stało, jak często.
- **Zanotuj istotne szczegóły zdarzenia** (datę, miejsce, osoby, które brały czynny i bierny udział, nazwij formę przemocy np. fizyczna, psychiczna, cyberprzemoc).
- **Zastosuj parafrazę w celu upewnienia się**, że dobrze zrozumiałeś opisane przez dziecko okoliczności zdarzenia, np. „Czy dobrze rozumiem, że...”.

Używaj wyrażeń: „rozumiem, że jest Ci ciężko”, „dziękuję, że dzielisz się tym ze mną”

Tego nie rób:

- **Nie bagatelizuj problemu.** Zwróć uwagę, że sytuacja, która w Twojej opinii wygląda na mało istotną, dla Twojego dziecka może stanowić największy problem.
- **Nie sugeruj dziecku konfrontacji ze sprawcą/sprawcami.**

Unikaj wyrażen.: „to tylko kłótnia”, „nie przejmuj się”, „to nie jest ważny problem”, „jak ja byłem/byłam młoda/młody to...”

Gdy już pierwszą rozmowę masz za sobą, następnym krokiem, który musisz podjąć to skontaktowanie się ze szkołą i przedstawienie sytuacji:

- wychowawcy klasy
- pedagogowi/psychologowi szkolnemu
- dyrektorowi szkoły (jeśli sytuacja jest poważna lub występuje brak reakcji ze strony kadry pedagogicznej)

Co należy zrobić – krok po kroku:

- **Umów się na spotkanie z ww. osobami** (telefonicznie lub mailowo, czy za pomocą dziennika elektronicznego).
- **Przedstaw informacje na temat incydentów - koncentrując się na faktach**, unikając silnych emocji, starając się zachować spokojny ton wypowiedzi.
- **Poproś o podjęcie działań** – szkoła ma obowiązek zareagować.

Zgodnie z ustawą z 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe dyrektor szkoły odpowiada za zapewnienie bezpiecznych i higienicznych warunków nauki, wychowania i opieki.

Możesz też zwrócić się o:

- **Informację, na temat podjętych przez szkołę działań** w celu rozwiązania problemu przemocy rówieśniczej.
- **Zapewnienie dodatkowych środków bezpieczeństwa** uczniowi/uczennicy i bieżące monitorowanie sytuacji w szkole.
- **W razie konieczności ustalenie planu pomocy psychologiczno-pedagogicznej.**

Monitoruj sytuację! Pozostań w stałym kontakcie ze szkołą – pozyskaj informacje o efektach podjętych działań.

Dyskretnie obserwuj dziecko — jego zachowanie, samopoczucie, rozmawiaj o relacjach w klasie.

Gdzie możesz poprosić o dodatkowe wsparcie dla dziecka?

W razie konieczności możesz skorzystać z pomocy systemu opieki zdrowotnej:

➤ Zespołów i Ośrodków Środowiskowej Pomocy Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży - I poziom referencyjny.

W przypadku występowania niepokojących objawów związanych z problemami psychicznymi możesz skorzystać ze świadczeń w zakresie Zespołu lub Ośrodka środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży. Świadczenia przeznaczone są dla dzieci oraz młodzieży do 21 r.ż. kształcącej się w szkołach ponadpodstawowych do ich ukończenia (z zastrzeżeniem, że osoby poniżej 18 r.ż. muszą posiadać zgodę opiekuna prawnego na korzystanie ze świadczeń).

W zespole lub ośrodku możesz skorzystać z następujących świadczeń:

- porada psychologiczna diagnostyczna
- porada psychologiczna
- sesja psychoterapii indywidualnej
- sesja psychoterapii rodzinnej
- sesja psychoterapii grupowej
- sesja wsparcia psychospołecznego
- wizyta, porada domowa lub środowiskowa
- wizyta osoby prowadzącej terapię środowiskową.

Świadczenia realizowane są przez zespół specjalistów: psychologa, psychoterapeutę oraz terapeutę środowiskowego. Opieka w ramach I poziomu referencyjnego oparta jest przede wszystkim na realizacji świadczeń w

środowisku. Z tego powodu zalecany jest wybór placówki jak najbliżej miejsca zamieszkania.

Do świadczeń realizowanych w zakresie I poziomu referencyjnego skierowanie NIE JEST WYMAGANE. ➤ Centrów Zdrowia Psychicznego - II poziom referencyjny.

W przypadku potrzeby uzyskania porady lekarza psychiatrii możesz skierować się do:

- **Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży** - poradnia zdrowia psychicznego – w którym w ramach poradni zdrowia psychicznego dla dzieci, realizowane są świadczenia ambulatoryjne przez lekarzy psychiatrów, psychologów oraz psychoterapeutów;
- **Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży** – w którym w ramach poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i na Oddziale dziennym psychiatrycznym rehabilitacyjnym dla dzieci, realizowane są odpowiednio świadczenia ambulatoryjne i dzienne przez lekarzy psychiatrów, psychologów, psychoterapeutów, terapeutów zajęciowych.

Do świadczeń realizowanych w poradni zdrowia psychicznego dla dzieci w zakresie II poziomu referencyjnego skierowanie NIE JEST WYMAGANE.

Bezpośredni link do mapy: www.czp.org.pl/mapa/. ➤ Ośrodków Wysokospecjalistycznej Całodobowej Opieki Psychiatrycznej - III poziom referencyjny W ramach oddziału psychiatrycznego dla dzieci realizowane są świadczenia stacjonarne przez lekarzy psychiatrów, psychologów, psychoterapeutów, terapeutów zajęciowych.

Do świadczeń realizowanych w zakresie III poziomu referencyjnego WYMAGANE JEST SKIEROWANIE. W stanie nagłego zagrożenia życia możesz zgłosić się do Ośrodka III poziomu referencyjnego (szpitala) bez skierowania.

WYKAZ OŚRODKÓW I, II i III POZIOMU REFERENCYJNEGO

<https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/informacje-o-swiadczeniach/ochrony-zdrowia-psychicznego-dzieci-i-mlodziezy/>

W sytuacjach nagłych, gdy stan zdrowia dziecka wymaga natychmiastowej interwencji lekarskiej, każdy jest zobowiązany do udzielenia pomocy przedmedycznej w zakresie posiadanych umiejętności oraz do skutecznego powiadomienia o tym zdarzeniu podmiotów ustawowo powołanych do niesienia pomocy osobom w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego

Ponadto możesz skorzystać z poniższych telefonów zaufania:

- ✓ Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12
- ✓ Telefon Zaufania Dzieci i Młodzieży 116 111
- ✓ Telefon Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę lub Linii Pomocy Pokrzywdzonym 800 100 100 lub 222 309 900
- ✓ Centrum Wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym 800 70 2222
Telefon wsparcia emocjonalnego dla dorosłych 116 123
- ✓ Numer alarmowy w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia 112

BRAK REAKCJI SZKOŁY / ESKALACJA PRZEMOCY GDZIE NALEŻY SIĘ ZGŁOSIĆ:

- **Kuratorium oświaty** - w przypadku, gdy szkoła nie podejmuje skutecznych kroków, nawet na Twoją interwencję, aby zapobiec przemocy, należy skierować pismo do właściwego miejscowo kuratora oświaty, ze skargą lub wnioskiem o zbadanie sprawy i podjęcie stosownych działań w ramach sprawowanego nadzoru pedagogicznego,
- **Rzecznik Praw Dziecka** - podejmuje działania w związku z naruszeniem praw dziecka lub dobra dziecka. Zajmuje się przypadkami indywidualnymi, jeżeli wcześniej nie zostały rozwiązane we właściwy sposób, mimo że wykorzystano dostępne możliwości prawne.

Dzieci i młodzież mogą również skorzystać z czatu na stronie Rzecznika Praw Dziecka: **Link: czat.brpd.gov.pl**

- **Ośrodek pomocy społecznej, Policja/prokuratura/sąd rodzinny** – jeśli przemoc ma charakter przestępstwa (np. pobicie, groźby, znęcanie się fizyczne i/lub psychiczne, upowszechnianie informacji na temat dziecka w Internecie bez jego zgody).

DODATKOWE WSKAZÓWKI DLA RODZICA:

Zapamiętaj, aby działać w interesie zdrowia fizycznego i psychicznego w tym bezpieczeństwa dziecka.

Wspieraj dziecko w budowaniu asertywności, aby rozwijać jego umiejętności społeczne.

Nie obciążaj dziecka odpowiedzialnością za to, że jest ofiarą sprawcy, osobą doznającą przemocy.

1 Art. 4 ustawy z dnia 8 września 2006 r. o Państwowym Ratownictwie Medycznym (Dz.U. z 2021 r. poz. 2053).