

# **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 rozumieasz opisanie przez dziecko okoliczności zdarzenia, np. „Czy dobrze rozumiem, że...”.

Używaj wyrażen: „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).
- 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 psychiatry 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/](http://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-młodzieży/](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<sup>1</sup>.

**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<br>lub<br>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](http://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.

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

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