

# DZIECIŃSTWO **BEZ** PRZEMOCY

„Nie ma wychowania przez krzyk. Jest wychowanie przez zrozumienie.”

„ Każde dziecko zasługuje na bezpieczeństwo, szacunek i miłość .



Szkoła Podstawowa nr 7 im. Czesława Kamińskiego w Siedlcach

## **DLACZEGO TO WAŻNE?**

Każde dziecko ma prawo dorastać w świecie bez przemocy fizycznej, psychicznej i słownej. Przemoc zostawia ślady – nie tylko na ciele, ale i w sercu. Naszym obowiązkiem – dorosłych - jest reagować, wspierać i chronić.

- + Dziecko, które czuje się bezpiecznie, rozwija pewność siebie, empatię i odporność psychiczną.
- + Dzisiejsza psychologia mówi jednoznacznie: przemoc (fizyczna, słowna, emocjonalna) nie wychowuje — tylko rani.
- + Relacja, nie kontrola — to buduje zdrowego człowieka na całe życie.
  - + Szacunek to fundament relacji.
  - + Słowa leczą – nie ranią.
  - + Zamiast krzyku – rozmowa.
  - + Każde dziecko zasługuje na spokój.
  - + Nie bój się prosić o pomoc.

***Przemoc to nie tylko bicie. To każde działanie, które powoduje lęk i poczucie zagrożenia.***

### ***Rodzaje przemocy:***

**Fizyczna** – bicie, popychanie, szarpanie, klapsy, zamykanie w pokoju

**Psychiczna** – wyśmiewanie, upokarzanie, grożenie

**Słowna** – obrażanie, krzyk, poniżające komentarze, wyzwiska, ośmieszanie, porównywanie z innymi

**Emocjonalna** – ignorowanie dziecka, „zimne traktowanie”, straszenie, szantaż

**Zaniedbanie** – brak troski (niezaspokajanie potrzeb dziecka), brak wsparcia i uwagi

**„Słowa też mogą ranić – używaj ich mądrze.”**



**! Klaps też jest przemocą — WHO mówi o tym bardzo jasno.**

## **JAK BUDOWAĆ DZIECIŃSTWO BEZ PRZEMOCY?**

### ***Dla nauczycieli:***

- Twórz bezpieczne środowisko w klasie – zero tolerancji dla przemocy.
- Reaguj na każdy sygnał – nawet jeżeli wydaje się błaży.
- Rozmawiaj z uczniami o emocjach i granicach.



## ***Dla rodziców:***

- Wychowanie bez bicia to nie brak dyscypliny, to szacunek i rozmowa.
- Ucz dziecko, jak radzić sobie z emocjami.
- Chwal wysiłek, nie tylko wynik.

<p><b><i>Nie musisz być idealnym rodzicem. Wystarczy, że będziesz WYSTARCZAJĄCO DOBRYM.</i></b></p> <p>Co to znaczy w praktyce?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• zauważasz emocje dziecka</li><li>• rozmawiasz, nie oceniasz</li><li>• akceptujesz dziecko takie jakie jest</li><li>• wspierasz w każdej sytuacji</li><li>• nie boisz się powiedzieć „Przepraszam, poniosło mnie”</li><li>• chwalisz</li></ul> <p><b>uczysz dziecko tego, co pokazujesz SOBĄ</b></p>	<p><b><i>Jeśli coś Cię niepokoi – reaguj WCZEŚNIEJ</i></b></p> <p>Sygnaty ostrzegawcze u dziecka:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• izolowanie się, nagłe wycofanie</li><li>• lęk przed domem lub szkołą</li><li>• trudności ze snem, częste bóle brzucha</li><li>• nadmierne poczucie winy, „jestem beznadziejny/a”</li><li>• agresja lub automatyczne „nic się nie stało”</li><li>• inne funkcjonowanie, niż dotychczas</li></ul> <p><input type="checkbox"/> Nie czekaj, aż „samo przejdzie”.</p> <p><input type="checkbox"/> Rozmowa + wsparcie specjalisty to oznaka odpowiedzialności, nie porażka.</p>
---	---

## ***Dla dzieci:***

Masz prawo czuć się bezpiecznie w domu, w szkole i w internecie.

Mów o tym, co cię boli – zaufaj dorosłym.

Jeżeli ktoś cię krzywdzi – powiedz komuś, komu ufasz.

Masz prawo być traktowany z szacunkiem.

Masz prawo mówić, co czujesz i co Ci nie odpowiada.

Masz prawo do pomocy, jeśli ktoś Cię krzywdzi – zawsze.

<p><b><i>Jak wygląda DOBRE dzieciństwo?</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Możesz zadawać pytania</li><li>✓ Ktoś Cię słucha i tłumaczy</li><li>✓ Dorośli rozmawiają spokojnie</li><li>✓ Możesz mieć własne zdanie</li><li>✓ Masz prawo do odpoczynku i zabawy</li><li>✓ Popętnianie błędów jest OK — to normalna część nauki</li></ul>	<p><b><i>Co możesz zrobić, gdy ktoś Cię krzywdzi?</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. NIE ZOSTAWAJ Z TYM SAM/A</li><li>2. POWIEDZ KOMUŚ DOROSŁEMU, KTÓREMU UFAJESZ:<ul style="list-style-type: none"><li>✓ mama / tata</li><li>✓ nauczyciel / wychowawca</li><li>✓ psycholog szkolny, pedagog szkolny</li><li>✓ babcia, dziadek, ciocia</li></ul></li><li>3. NIE MUSISZ UDOWADNIAĆ ANI TŁUMACZYĆ — wystarczy, że powiesz „Dzieje się coś złego”.</li></ol>
---	---

## **GDZIE SZUKAĆ POMOCY?**

Szkolny psycholog / pedagog

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna

Ośrodek Interwencji Kryzysowej

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży: 116 111

Niebieska Linia: 800 120 002

[www.dzieciom.pl](http://www.dzieciom.pl),

[www.niebieskalinia.pl](http://www.niebieskalinia.pl)

*„Nie bój się mówić – milczenie chroni sprawców, nie ofiary.”*



***„Najlepszym prezentem dla dziecka jest bezpieczny dom.” – Janusz Korczak***

***„Dzieci rodzą się ze skrzydłami. Nauczyciele pomagają im je rozwinąć.” A.P. Hill***

***„Nie ma przemocy, która wychowuje – jest tylko ta, która niszczy.”***

Opracowanie:

psycholog: Anna Żbik- Kublik pedagog szkolny: Elwira Hawryluk Ricciardiello pedagog specjalny:  
Monika Makać- Mikołajczyk projekt graficzny: Beata Mazur