



Standardy Ochrony Małoletnich

Wersja dla uczniów klas 4-8



W NASZEJ SZKOLE MASZ PRAWO CZUĆ SIĘ BEZPIECZNIE

**Każdy uczeń i każda uczennica ma prawo do szacunku, bezpieczeństwa, nauki i pomocy.
Nikt nie może Cię krzywdzić — ani słowami, ani zachowaniem, ani w internecie.**

W szkole nie ma zgody na:

- bicie, popychanie, kopanie, szarpanie lub niszczenie czyichś rzeczy;
- wyzywanie, obrażanie, ośmieszanie, straszenie i poniżanie;
- wykluczanie kogoś z grupy, namawianie innych do ignorowania tej osoby;
- robienie komuś zdjęć, filmów lub nagrań bez zgody;
- publikowanie w internecie zdjęć, wiadomości lub informacji o innych osobach bez ich zgody;
- cyberprzemoc, np. wyśmiewanie w sieci, zakładanie fałszywych kont, grożenie, szantażowanie, wysyłanie obraźliwych wiadomości;
- dotykanie kogoś w sposób, którego ta osoba nie chce, albo zmuszanie do niewygodnych zachowań.

Jak traktujemy siebie nawzajem?

W szkole staramy się:

- mówić do siebie z szacunkiem;
- słuchać, gdy ktoś mówi;
- pomagać osobom, które tego potrzebują;
- akceptować różnice między ludźmi;
- rozwiązywać konflikty bez przemocy;
- reagować, gdy ktoś jest krzywdzony.

**Nie musisz lubić wszystkich.
Masz jednak obowiązek nie krzywdzić innych
i nie pozwalać na krzywdę, gdy możesz poprosić dorosłego o pomoc.**

Masz prawo powiedzieć „nie”



Masz prawo:

- odmówić, gdy coś jest dla Ciebie nieprzyjemne, zawstydzające lub niebezpieczne;
- powiedzieć dorosłemu, że coś Cię martwi;
- poprosić o rozmowę w spokojnym miejscu;
- oczekiwać, że dorosły potraktuje Twoją sprawę poważnie;
- nie zachowywać tajemnicy, jeśli ktoś Cię krzywdzi albo każe Ci ukrywać coś, co sprawia Ci strach lub dyskomfort.

Jeżeli ktoś mówi: „Nikomui nie mów”, a Tobie jest z tym źle,

powiedz zaufanej osobie dorosłej.

To nie jest donoszenie. To dbanie o bezpieczeństwo swoje lub kogoś innego.

Kiedy warto szukać pomocy?

Zgłoś się po pomoc, gdy:

- ktoś Cię bije, obraża, wyśmiewa lub straszy;
- ktoś zmusza Cię do czegoś, czego nie chcesz;
- czujesz się samotnie, zagrożenie lub bardzo się boisz;
- widzisz, że inny uczeń jest krzywdzony;
- ktoś publikuje Twoje zdjęcia, filmy lub wiadomości bez zgody;
- ktoś wysyła Ci niepokojące, obraźliwe albo seksualne treści;
- w domu lub poza szkołą dzieje się coś, co sprawia, że nie czujesz się bezpiecznie.

Do kogo możesz się zwrócić?

Możesz powiedzieć o tym:

- wychowawcy lub innemu nauczycielowi;
- pedagogowi, pedagogowi specjalnemu albo psychologowi szkolnemu;
- dyrektorowi lub wicedyrektorowi;
- pracownikowi szkoły, któremu ufasz;
- rodzicowi, opiekunowi albo innej zaufanej osobie dorosłej.

Dorośli w szkole mają obowiązek pomóc Ci znaleźć bezpieczne rozwiązanie.

Mogą porozmawiać z Tobą, zadbać o Twoje bezpieczeństwo, skontaktować się z rodzicami lub — jeśli sytuacja jest poważna — zwrócić się o pomoc do odpowiednich instytucji.



Bezpieczeństwo w internecie

**Internet może być pomocny i ciekawy,
ale trzeba korzystać z niego rozsądnie.**

Pamiętaj:

- nie podawaj obcym osobom swoich danych, adresu, numeru telefonu, haseł ani zdjęć;
- nie wysyłaj zdjęć lub filmów, których później możesz się wstydzić;
- nie udostępniaj cudzych zdjęć, nagrań i wiadomości bez zgody;
- jeśli ktoś w sieci Cię straszy, obraża albo prosi o dziwne rzeczy — **nie odpowiadaj, zrób zrzut ekranu i powiedz dorosłemu**;
- nie spotykaj się samodzielnie z osobą poznaną w internecie;
- pamiętaj, że to, co trafia do sieci, może zostać tam na długo.

Ważne numery pomocy

- **116 111** — Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży.
- **112** — numer alarmowy, gdy Ty lub ktoś inny jest w bezpośrednim niebezpieczeństwie.

Zapamiętaj

Masz prawo do bezpieczeństwa.

Masz prawo poprosić o pomoc.

Nie jesteś sam/sama, gdy spotyka Cię krzywda.