TWOJE BEZPIECZEŃSTWO JEST WAŻNE

Standardy ochrony małoletnich

Mała książeczka o wielkich prawach



Jesteś ważny.
Jesteś ważna.
Masz prawo czuć się bezpiecznie.

Najważniejsze zasady dla uczniów szkoły podstawowej

Każde dziecko jest ważne

Standardy to zasady, które pomagają chronić dzieci przed krzywdzeniem.

Masz swoje prawa

Masz prawo do szacunku, bezpieczeństwa, prywatności i pomocy. Możesz mówić o swoich uczuciach i potrzebach. Dorośli powinni Cię wysłuchać.

Różnimy się. Szanujemy się.

Wygląd, pochodzenie, sprawność, przekonania czy trudności w nauce nie mogą być powodem gorszego traktowania. Zasady dotyczą wszystkich uczniów i dorosłych.

Twoje uczucia mają znaczenie.

STOP krzywdzeniu

Przemoc może pochodzić od dorosłego lub od innego dziecka.

Tego nie wolno robić

Bić, popychać, grozić, poniżać, wyśmiewać, wymuszać pieniędzy ani celowo wykluczać. Krzywdzeniem są też obraźliwe wiadomości i publikowanie ośmieszających zdjęć.

Nie jesteś winny / winna

Jeśli ktoś Cię krzywdzi, odpowiedzialność ponosi ta osoba. Nie musisz mieć dowodów ani znać wszystkich szczegółów, żeby poprosić o pomoc.

Nie musisz radzić sobie z tym samodzielnie.

Moje ciało, moje granice

Masz prawo do prywatności i ochrony swojego ciała.

Możesz powiedzieć „nie”

Możesz odmówić przytulania lub innego kontaktu, którego nie chcesz. Nikt nie ma prawa dotykać Cię w sposób seksualny, pokazywać treści seksualnych ani prosić o intymne zdjęcia.

Niebezpieczna tajemnica

Jeśli czyjeś zachowanie budzi strach, wstyd lub niepokój, powiedz zaufanemu dorosłemu. Nie musisz zachowywać tajemnicy dotyczącej krzywdzenia, nawet jeśli ktoś Cię o to prosi.

Brak protestu nie oznacza zgody. To nie Twoja wina.

Razem i w sieci

Szacunek obowiązuje w klasie, na boisku i w internecie.

Dbamy o innych

Nie dokuczaj, nie obrażaj i nie rozpowszechniaj plotek. Szanuj cudze granice. Gdy widzisz krzywdzenie, powiedz dorosłemu. Nie narażaj się, próbując samodzielnie interweniować.

Chronimy prywatność

Nie udostępniaj haseł, adresu ani intymnych zdjęć. Nie publikuj zdjęć innych bez zgody. Gdy ktoś grozi Ci w sieci, przerwij kontakt i pokaż wiadomości dorosłemu. Nie przesyłaj dalej krzywdzących materiałów.

Proszenie o pomoc to troska, a nie donoszenie.

Jak poprosić o pomoc?

Możesz zgłosić krzywdzenie w szkole, w domu i w internecie.

1. Znajdź zaufanego dorosłego

Porozmawiaj z wychowawcą, pedagogiem, psychologiem, dyrektorem lub innym pracownikiem szkoły. Gdy problem dotyczy tej osoby, wybierz kogoś innego.

2. Powiedz lub napisz

Możesz powiedzieć: **„Potrzebuję pomocy. Ktoś mnie krzywdzi”** albo **„Martwię się o inną osobę”**. Jeśli trudno Ci mówić, napisz wiadomość. Gdy pierwsza osoba nie pomoże, powiedz kolejnej.

Możesz poprosić o rozmowę w spokojnym miejscu.

Co zrobi szkoła?

Po zgłoszeniu dorośli powinni zadbać o Twoje bezpieczeństwo.

Wysłuchają i zareagują

Powinni potraktować sprawę poważnie, wyjaśnić następne kroki i podjąć działania zgodne z procedurami szkoły. Pomoc może obejmować rozmowę, wsparcie psychologa oraz kontakt z odpowiednimi służbami.

Pomoc i dyskrecja

Informacje otrzymują osoby, które potrzebują ich, aby zapewnić Ci ochronę. Nie zawsze można obiecać całkowitą tajemnicę. Możesz pytać, co będzie dalej i kto pomoże Ci w trudnej sytuacji.

Masz prawo do wsparcia również po zgłoszeniu.

TWOJE BEZPIECZEŃSTWO JEST WAŻNE

Pomoc jest blisko

116 111

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży.
Bezpłatnie, całą dobę.
Informacje i kontakt online: 116111.pl

800 12 12 12

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka.
Bezpłatnie, całą dobę.
Czat: 800121212.pl

112 - gdy życie lub zdrowie jest bezpośrednio zagrożone.

Dla szkoły przed publikacją

Uzupełnij kontakt do osoby przyjmującej zgłoszenia oraz miejsce udostępnienia pełnych standardów. Dopasuj książeczkę do procedur przyjętych w szkole. To propozycja wersji skróconej dla uczniów.

Źródła: wytyczne Ministerstwa Sprawiedliwości (gov.pl/web/sprawiedliwosc/standardy-ochrony-maloletnich---wytyczne), 116111.pl, brpd.gov.pl. Opracowanie: 02.10.2026.