

MINISTERSTWO
EDUKACJI NARODOWEJ

PROFILAKTYKA

DODATEK DO NUMERU KWIETNIOWIEGO:

Ścieżki pomocy w sytuacji wystąpienia
przemocy rówieśniczej:

- dla szkoły
- dla ucznia
- dla rodzica

KWIECIEŃ 2026



ŚCIEŻKA POMOCY

w sytuacji wystąpienia przemocy rówieśniczej

➤ DLA SZKOŁY

Cel ścieżki pomocy

Zapewnienie bezpieczeństwa uczniom i uczennicom, w tym szybkiej, adekwatnej i skutecznej reakcji szkoły w związku z wystąpieniem przemocy rówieśniczej (fizycznej, psychicznej, słownej, cyberprzemocy itp.), mające na celu ochronę dziecka doznającego przemocy, przemodelowanie zachowania sprawców i zapobieganie dalszym incydentom w szkole.

Rozpoznanie i zgłoszenie

Kto może zgłosić?

- Uczeń (osoba doznająca przemocy lub świadek)
- Rodzic/opiekun prawny
- Nauczyciel, wychowawca
- Inny pracownik szkoły

Forma zgłoszenia przemocy występującej w szkole:

- Bezpośrednio do wychowawcy, pedagoga, psychologa, nauczyciela, dyrektora szkoły
- Poprzez skrzynkę zaufania (jeśli istnieje)
- Drogą elektroniczną na adres sekretariatu szkoły lub dyrektora
- Drogą telefoniczną do sekretariatu szkoły lub dyrektora
- Anonimowo (jeśli szkoła umożliwia taką formę)
- Pisemnie do właściwego Kuratora Oświaty

Początkowe działania szkoły

1. Zabezpieczenie ucznia/uczestników zdarzenia

Zapewnienie bezpieczeństwa wszystkim uczniom i uczennicom należy do kompetencji dyrektora szkoły.

Oddzielenie sprawcy od osoby doznającej przemocy (czasowe) – zadanie dyrektora i nauczycieli (realizowane zgodnie z obowiązującymi procedurami szkolnymi).

W razie potrzeby – wezwanie rodziców/opiekunów, odpowiednich służb (np. Policji dzwoniąc pod numer 997 lub 112, Państwowego Ratownictwa Medycznego dzwoniąc pod numer 999 lub 112).

2. Dokumentacja zdarzenia – zgodna z obowiązującymi procedurami szkolnymi

Spisanie relacji osoby doznającej przemocy, świadków, sprawcy

Zebranie dowodów (zrzuty ekranu, zdjęcia, nagrania – w przypadku cyberprzemocy)

Sporządzenie notatki służbowej.

Diagnoza sytuacji

1. Spotkanie zespołu wychowawczo-profilaktycznego (lub zespołu interwencyjnego)

Pedagog, psycholog, wychowawca, dyrektor (lub wicedyrektor), nauczyciele zaangażowani.

Analiza sytuacji – skala przemocy, powtarzalność, motywy, zaangażowane osoby.

2. Ustalenie dalszych działań

Wdrożenie procedury interwencji kryzysowej.

Podjęcie decyzji o poinformowaniu instytucji zewnętrznych (np. sądu rodzinnego, Policji, ośrodka pomocy społecznej, Państwowego Ratownictwa Medycznego).

Działania interwencyjne, wychowawczo-profilaktyczne

W stosunku do osoby doznającej przemocy:

Wsparcie psychologa/pedagoga szkolnego

Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa uczniowi/uczennicy

Obserwacja ucznia/uczennicy przez wychowawcę i nauczycieli

Spotkania z rodzicami

Możliwość zmiany klasy, jeśli dziecko tego potrzebuje i jest to uzasadnione

Współpraca z rodzicami

Korzystanie z pomocy specjalistów, w tym w pomocy instytucjonalnej:

– kompetentni wychowawczo nauczyciele i wychowawcy

– pedagog i psycholog w szkole

– poradnie psychologiczno-pedagogiczne

– system opieki zdrowotnej:

➤ I poziom referencyjny - **Zespoły i Ośrodki Środowiskowej Pomocy Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży.**

Gwarancją skuteczności działań podejmowanych na I poziomie wsparcia jest współpraca ośrodków opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej ze środowiskiem szkolnym. Szkoła może podpisać porozumienie z ośrodkiem.

➤ II poziom referencyjny - **Centra Zdrowia Psychicznego.**

Wsparcie jest szybkie, bez skierowania, bezpłatne i blisko domu. Pierwszy kontakt to rozmowa ze specjalistą w Punkcie Zgłoszeniowo Koordynacyjnym, która pozwoli określić pierwsze potrzeby Pacjenta i ustalić wstępny plan wsparcia, które otrzyma w centrum. Bezpośredni link do mapy: www.czp.org.pl/mapa/.

➤ III poziom referencyjny - **Ośrodek Wysokospecjalistycznej Całodobowej Opieki Psychiatrycznej.**

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^[1].

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

W przypadku poważniejszych naruszeń – powiadomienie sądu rodzinnego, Policji.

W szkole od 15 sierpnia 2024 r. powinny być **wdrożone standardy ochrony małoletnich**, których wytyczne są dostępne na stronie Ministerstwa Sprawiedliwości^[2]. Wprowadzenie standardów ochrony dzieci miało na celu zwiększenie bezpieczeństwa dzieci, ale także rodziców i personelu placówek, które z dziećmi pracują.

W stosunku do sprawcy:

Rozmowa dyscyplinująca

Zastosowanie środków wychowawczych lub dyscyplinujących (np. upomnienie, nagana, przeniesienie do innej klasy w porozumieniu z rodzicami).

Współpraca z rodzicami oraz **korzystanie z pomocy specjalistów, w tym w pomocy instytucjonalnej - jw.**

W przypadku poważniejszych naruszeń – powiadomienie sądu rodzinnego, Policji.

W stosunku do klasy/świadków zdarzenia:

Zajęcia integracyjne, wychowawczo-profilaktyczne

Rozmowa z całą klasą o skutkach przemocy, mediacje

Warsztaty z zakresu empatii, komunikacji, rozwiązywania konfliktów, realizacja programów z Bazy Rekomendowanych Programów Profilaktycznych, upowszechnianie materiałów edukacyjnych znajdujących się na stronie Ośrodka Rozwoju Edukacji, współpraca z lokalnymi lub ogólnopolskimi organizacjami pozarządowymi (np. Fundacją Życie Warto Jest Rozmowy, Fundacją Dajemy Dzieciom Siłę) w zakresie realizacji w szkole programów profilaktycznych.

Monitorowanie sytuacji

Regularna obserwacja relacji w klasie przez wychowawcę i specjalistów z zakresu profilaktyki zdrowia psychicznego i przeciwdziałania przemocy rówieśniczej.

Spotkania kontrolne z osobą, która doznała przemocy, sprawcą i ich rodzicami organizowane przez dyrektora, psychologa, pedagoga szkolnego.

Monitoring skuteczności działań po określonym czasie (np. po miesiącu, po 3 miesiącach od zdarzenia)

Profilaktyka pozytywna

Stałe działania profilaktyczne w szkole:

Realizacja programu wychowawczo-profilaktycznego opracowanego na podstawie **wyników corocznej diagnozy** w zakresie występujących w środowisku szkolnym potrzeb rozwojowych uczniów, w tym czynników chroniących i czynników ryzyka.

Realizacja Programów z Bazy Rekomendowanych Programów Profilaktycznych^[3] w zakresie przeciwdziałania przemocy w szkole, komunikacji, empatii, np. dla:

- **przedszkoli:** np. program „Luba czuje”, którego celem jest zwiększenie poziomu kompetencji emocjonalnych oraz funkcji wykonawczych dzieci w wieku przedszkolnym;
- **uczniów z klas V-VIII szkoły podstawowej oraz uczniowie szkół ponadpodstawowych.** Np. program „Iskra odporności”, polegający na rozwijaniu umiejętności kontrolowania sposobu reagowania na trudności. Celem programu jest rozwój umiejętności rozwiązywania konfliktów i asertywnej komunikacji poprzez formułowanie komunikatu „Ja”, nazywanie uczuć i formułowanie propozycji rozwiązań, które będą służyły obu stronom konfliktu. Ponadto nauka pozytywnej adaptacji – rozwijanie umiejętności przezwyciężania trudności poprzez poszukiwanie konstruktywnych sposobów reagowania na wyzwania i zmieniające się otoczenie, a także powrót do dobrego funkcjonowania po trudnych doświadczeniach.

[2] <https://www.gov.pl/web/sprawiedliwosc/standardy-ochrony-maloletnich---wytyczne>

[3] <https://programyrekomendowane.pl/apitu>

- **uczniów i nauczycieli szkół podstawowych (z klas IV – VIII), szkół ponadpodstawowych, Młodzieżowych Ośrodków Socjoterapii i Młodzieżowych Ośrodków Wychowawczych:** np. program „Tutoring szkolny”: zwiększenie poczucia bezpieczeństwa w szkole, poprawa relacji oraz klimatu społecznego szkoły, wzrost u uczniów wiary we własne możliwości, doświadczanie przez nich sprawstwa i odpowiedzialności.
- **uczniów szkół podstawowych i I klas szkół ponadpodstawowych, np. program „Trzy koła”,** Cele programu: wzmacnianie więzi społecznych pomiędzy nauczycielami i uczniami, szkołą i rodzicami, a także rozwijanie pozytywnych relacji społecznych między uczniami, wzmacnianie zachowań prospołecznych uczniów, np. stawanie w obronie innych uczniów, udzielanie pomocy koleżeńskiej, powstrzymywanie rówieśników, którzy planują zachowania niebezpieczne,

Lekcje wychowawcze dotyczące empatii, szacunku, asertywności, komunikacji.

Szkolenia dla nauczycieli z zakresu rozpoznawania i reagowania na przemoc rówieśniczą w szkole, w tym cyberprzemoc.

Współpraca z poradnią psychologiczno-pedagogiczną, organizacjami pozarządowymi, ośrodkiem pomocy społecznej.

Dokumentacja

Każdy etap powinien być dokumentowany w postaci sporządzania notatek, raportów, zabezpieczony obraz z monitoringu wizyjnego (do ewentualnego żądania rodziców czy służb)

Dokumenty powinny być przechowywane zgodnie z ustawą z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych^[4].

[4] Dz.U. z 2019 r. poz. 1781 i z 2026 r. poz. 252.

ŚCIEŻKA POMOCY

PRZEMOC RÓWIEŚNICZA W SZKOLE

➤ DLA UCZNIA

Jeśli doświadczasz przemocy rówieśniczej podejmij stosowne działania.

Poniżej znajdziesz istotne wskazówki dotyczące zgłaszania sytuacji problemowych w szkole.

Do kogo możesz zgłosić sprawę przemocy występującej w szkole:

Nauczyciela, wychowawcy

Pedagoga/psychologa szkolnego

Dyrektora

Pielęgniarki szkolnej

Rady rodziców

Samorządu szkolnego

Innego pracownika szkoły

W jakiej formie możesz dokonać zgłoszenia:

Bezpośrednio do wychowawcy, pedagoga, psychologa, nauczyciela, dyrektora szkoły

Poprzez skrzynkę zaufania (jeśli istnieje w szkole)

Drogą elektroniczną na adres sekretariatu szkoły lub dyrektora

Drogą telefoniczną do sekretariatu szkoły lub dyrektora

Anonimowo (jeśli szkoła umożliwia taką formę)

Poproś pracownika szkoły o zapewnienie Ci bezpieczeństwa.

Zapamiętaj: Gdy nauczyciel lub inny pracownik szkoły jest świadkiem przemocy ma bezwzględny obowiązek zareagowania.

W przypadku, gdy jesteś osobą doświadczającą przemocy na terenie szkoły, każdy pracownik szkoły powinien:

- udzielić pierwszej pomocy (przedmedycznej), bądź zapewnić jej udzielenie poprzez wezwanie lekarza w sytuacji, gdy doznałeś obrażeń
- niezwłocznie powiadomić dyrektora szkoły
- powiadomić Twoich rodziców, jeżeli jesteś uczniem niepełnoletnim

- niezwłocznie wezwać Policję w przypadku, kiedy istnieje konieczność profesjonalnego zabezpieczenia śladów przestępstwa, ustalenia okoliczności i ewentualnych świadków zdarzenia.

Podczas rozmowy z pracownikiem szkoły:

- Poproś o przeprowadzenie rozmowy w dyskretnej atmosferze
- Opisz sytuację, w tym podaj konkretne informacje na temat zdarzenia: kto, kiedy, co się stało, jak często
- Przedstaw dowody zdarzenia, np. w przypadku występowania cyberprzemocy

Jeżeli potrzebujesz rozmowy wspierającej, lub zgłosić swój problem, 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

Pamiętaj - To nie jest wina osoby doświadczającej przemocy. Nie bój się poprosić o pomoc!

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 wyrażeń: „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/.

➤ **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^[1].

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

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

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: chat.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 nazywaj dziecka ofiarą przemocy i nie obciążaj dziecka odpowiedzialnością za to, że doznało przemocy od sprawcy.