ZESPÓŁ SZKÓŁ OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH NR 3 W KRAKOWIE

Tu jesteś bezpieczny/-a

Standardy Ochrony Małoletnich — najważniejsze w minutę.



W naszej szkole **nie ma zgody na przemoc** — fizyczną, psychiczną, słowną ani cyberprzemoc. Te zasady obowiązują wszystkich: nauczycieli, pracowników, praktykantów, wolontariuszy i uczniów.

Dorośli w szkole

- ✓ traktują Cię z szacunkiem, słuchają i **traktują wszystkich równo**
- ✓ szanują Twoją prywatność i mówią Ci o decyzjach, które Cię dotyczą
- ✗ **nie** obrażają i nie upokarzają
- ✗ **nie** biją, nie popychają, nie dotykają w niestosowny sposób
- ✗ **nie** piszą do Ciebie prywatnie i nie spotykają się z Tobą poza szkołą bez zgody dyrekcji i rodziców

Między nami – uczniami

- ✓ słuchaj innych — każdy ma prawo do swojego zdania
- ✓ mów **„NIE”**, gdy coś Ci nie odpowiada; szanuj cudze granice i rzeczy
- ✓ **żart, który nie bawi drugiej osoby, to nie żart**
- ✗ **nie** dla hejtu, wyśmiewania, wykluczania i przemocy
- ✗ **nie** nagrywaj i nie publikuj innych bez ich zgody; nie przeglądaj cudzego telefonu

Pojawił się konflikt? Oto 5 kroków do zgody

Nie wyszło? Poproś o pomoc wychowawcę.

1 — Wycisz się
Uspokój się i zatrzymaj kłótnię, zanim stracisz nad sobą kontrolę.

2 — Powiedz, co jest nie tak
Mów o sobie: „Czuję..., gdy..., chcę...” — to komunikat JA.

3 — Wysłuchaj
Co czuje i czego oczekuje druga osoba? Podsumuj, co usłyszałeś/-aś.

4 — Upewnij się
że druga osoba powiedziała wszystko o swoich odczuciach.

5 — Znajdźcie rozwiązanie
takie, które będzie dobre dla Was obojga.

Bezpieczna sieć

Szkolny internet jest filtrowany. Trafisz na coś niepokojącego? Powiedz nauczycielowi.

Twój wizerunek

Szkoła pyta o zgodę Ciebie i rodziców. Możesz odmówić — to zostanie uszanowane.

Coś jest nie tak? Widzisz przemoc? Reaguj:

1 **Zgłoś się** do wychowawcy, pedagoga, psychologa, dyrekcji lub dowolnego nauczyciela.

2 **Zostaniesz wysłuchany/-a** bez świadków. Informacja trafi tylko do osób, które pomagają.

3 **Dostaniesz plan pomocy.** Gdy trzeba, szkoła powiadamia odpowiednie instytucje.

Reagowanie to nie donoszenie, to pomoc.

116 111
Telefon zaufania dla młodzieży

800 12 12 12
Dziecięcy Telefon Zaufania RPD

112
Zagrożenie życia