Iceland Liechtenstein Norway **Active citizens** fund

Czasami bywa tak, że osoby nam bliskie np.: mama, tata lub inni dorośli robią coś, co może krzywdzić Ciebie lub inne osoby z Twojego otoczenia.

Karta, którą trzymasz w ręku, pozwoli Ci dowiedzieć się, co to jest przemoc, jakie zachowania są krzywdzące i kto jest za nie odpowiedzialny. Dowiesz się z niej, kto i w jaki sposób może pomóc Tobie i Twoim bliskim, gdy w Waszej rodzinie ktoś stosuje przemoc. Poznasz także procedurę „Niebieskie Karty" i to, co może się wydarzyć po jej rozpoczęciu.

Co to jest PRZEMOC?

Jeśli ktoś **specjalnie...:**

- **wykorzystuje swoją przewagę** (to, że jest dorosły, ma więcej siły, może decydować o Twoich sprawach)
- **łamie Twoje prawa, a Ty nie możesz się obronić**
- **sprawia, że czujesz ból, smutek, złość, wstyd, czy inne nieprzyjemne uczucia**

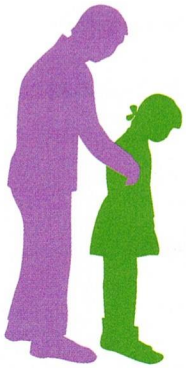
...to znaczy, że stosuje wobec Ciebie **przemoc.**

Zachowania, które mogą być przemocą fizyczną, to na przykład:

- bicie ręką lub przedmiotem,
- kopanie, szarpanie, popychanie.

Zachowania, które mogą być przemocą psychiczną, to na przykład:

- krzyczenie, wyzywanie Cię (np.: jesteś głupi),
- straszenie, np. że ktoś Cię zabierze, uderzy, skrzywdzi Ciebie lub inną osobę, Twoje zwierzę, zepsuje Twoją ulubioną zabawkę,
- wyśmiewanie się z Ciebie, krytykowanie bez powodu, niebranie pod uwagę tego, co mówisz lub czujesz.



Zachowania, które mogą być przemocą seksualną, to na przykład:

- dotykanie i rozmawianie na temat Twoich miejsc intymnych (takich, które zasłania bielizna) lub ciała innej osoby, które Cię zawstydza.

Zachowania, które mogą być zaniedbaniem, to na przykład:

- sytuacje, w których dorośli nie troszczą się o zaspokojenie Twoich potrzeb (gdy jesteś głodny i nie masz co jeść, jest Ci zimno, bo nie masz ciepłego ubrania, dorośli nie interesują się tym, gdzie jesteś i co robisz).

Niezależnie od tego, co mówisz, co czujesz, co robisz, nikt nie ma prawa Cię krzywdzić!
Nie robisz nic złego, jeśli powiesz o tym, co czujesz oraz o sytuacjach, w których się boisz.
To nie Ty jesteś odpowiedzialny/odpowiedzialna za zachowanie innych osób!
Nikt nie może krzywdzić Ciebie ani innych w Twoim otoczeniu – nawet najbliższe osoby!

Aby zatrzymać przemoc potrzebna jest pomoc innych dorosłych osób, które:

- **wiedzą co robić w takich sytuacjach,**
- **powiedzą osobie, która stosuje przemoc, że nie wolno jej tego robić.**

Kto może pomóc?

A Ty, z jaką osobą, której ufasz chciałbyś porozmawiać?

.....

Co to jest procedura „Niebieskie Karty"? Są to działania osób dorosłych, które mają zatrzymać przemoc oraz pomóc Tobie i Twojej rodzinie, abyście byli bezpieczni.

Procedurę „Niebieskie Karty" mogą rozpocząć: osoby pracujące w Twoim przedszkolu lub w szkole, policjant, osoba pracująca w ośrodku pomocy społecznej oraz lekarz lub pielęgniarka (np. z przychodni zdrowia). Jeśli któraś z tych osób dowie się od Ciebie lub kogoś innego, że jesteś krzywdzony/krzywdzona, to wypełni specjalną kartę, na której będzie opisana sytuacja w Twojej rodzinie. Niektóre z tych osób będą wspólnie zastanawiać się jak najlepiej pomóc Tobie i Twojej rodzinie (spotkają się one wtedy jako Grupa Robocza).

Co się będzie działo, gdy w Twojej rodzinie zostanie rozpoczęta procedura „Niebieskie Karty"?

1. Osoby z Grupy Roboczej spotkają się z osobą dorosłą z Twojej rodziny, która Cię NIE krzywdzi, aby ustalić z nią, w jaki sposób mogą najlepiej Wam pomóc.
2. Na kolejnym spotkaniu Grupa Robocza spotka się z osobą, która Cię krzywdzi, po to, aby powiedzieć jej, że nie może tego robić. Osoba ta dowie się również, że:
   - są miejsca, w których może znaleźć pomoc w zmianie zachowania na takie, które nie będzie dla Ciebie krzywdzące,
   - jeśli nie przestanie Cię krzywdzić, to może ponieść konsekwencje /karę za swoje zachowanie.
3. Grupa Robocza od teraz będzie sprawdzać, czy Ty i Twoi bliscy jesteście bezpieczni i czy nie ma już przemocy (np. będzie odwiedzać Was w domu i rozmawiać z Wami).
4. Procedura „Niebieskie Karty" zostanie zakończona (zamknięta) wtedy, kiedy osoba, która Cię krzywdzi przestanie to robić, a Ty i Twoja rodzina będziecie bezpieczni.

Ty – jako dziecko – nie będziesz zaproszony na żadne z tych spotkań. Osoby z Grupy Roboczej mogą jednak z Tobą rozmawiać np. w szkole, abyś miał/a okazję powiedzieć im o tym, jak Ty widzisz sytuację i co czujesz. Pamiętaj, że zawsze możesz porozmawiać i poprosić o pomoc osoby dorosłe, którym ufasz. Jeśli zdecydujesz się na rozmowę, to możesz pomóc sobie i swojej rodzinie.

Jak widzisz, procedura „Niebieskie Karty" to wiele działań, które mają pomóc dzieciom i/lub dorosłym osobom krzywdzonym. Chodzi w niej o to, aby osoby stosujące przemoc przestały krzywdzić innych. Wszystko to dzieje się po to, abyś Ty i kochane przez Ciebie osoby były bezpieczne.

Realizator projektu:
„Więc chodź - pomaluj NASZ świat..."

fundacjapestka.pl

Publikacja została wydrukowana za zgodą:

Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia"

Projekt finansowany przez Islandię, Liechtenstein i Norwegię z Funduszy EOG w ramach Programu „Aktywni Obywatele - Fundusz Regionalny"