

STANDARDY OCHRONY MAŁOLETNICH

Informacja dla Dzieci i Młodzieży

Centrum Wspomagania Rozwoju Neuron

Cześć!

W Centrum Wspomagania Rozwoju Neuron najważniejsze jest Twoje bezpieczeństwo, zdrowie i dobre samopoczucie. Chcemy, żebyś podczas wizyt, terapii, diagnozy i konsultacji czuł(-a) się bezpiecznie, swobodnie i wiedział(-a), że zawsze możesz liczyć na pomoc.

Każda osoba pracująca w naszym Centrum ma obowiązek dbać o Twoje bezpieczeństwo oraz traktować Cię z szacunkiem.

Masz prawo:

- ✓ być traktowany(-a) z szacunkiem i życzliwością;
 - ✓ czuć się bezpiecznie podczas wizyt i zajęć;
 - ✓ mówić o swoich uczuciach, potrzebach i problemach;
 - ✓ zadawać pytania i otrzymywać odpowiedzi;
 - ✓ powiedzieć „nie”, jeśli coś sprawia Ci dyskomfort lub niepokój;
 - ✓ być wysłuchanym(-ą);
 - ✓ otrzymać pomoc, gdy dzieje się coś złego;
 - ✓ czuć się bezpiecznie zarówno podczas spotkań w gabinecie, jak i online.
-

Nikt nie ma prawa:

- ✗ Cię bić, popychać lub szarpać;
- ✗ wyśmiewać Cię lub obrażać;
- ✗ krzyczeć na Ciebie w sposób, który Cię poniża;
- ✗ straszyć Cię lub szantażować;

- ✗ zmuszać Cię do robienia rzeczy, których nie chcesz robić;
 - ✗ dotykać Cię w sposób, który jest dla Ciebie nieprzyjemny lub sprawia, że czujesz się niekomfortowo;
 - ✗ publikować Twoich zdjęć lub nagrań bez zgody Twoich rodziców lub opiekunów.
-

Jeśli coś Cię niepokoi

Powiedz o tym:

- rodzicowi lub opiekunowi;
- psychologowi;
- terapeutce;
- innej osobie pracującej w Centrum, której ufasz.

Możesz powiedzieć o wszystkim, co sprawia, że czujesz się źle, smutno, zawstydzony(-a), przestraszony(-a) lub niebezpiecznie.

Kiedy warto poprosić o pomoc?

Jeżeli:

- ktoś Cię krzywdzi;
- ktoś Ci grozi;
- ktoś Cię obraża lub wyśmiewa;
- ktoś dotyka Cię w sposób, którego nie chcesz;
- boisz się wrócić do domu;
- jesteś świadkiem krzywdzenia innego dziecka;
- ktoś robi Ci przykrość przez Internet, telefon lub media społecznościowe;
- wydarzyło się coś, co sprawia, że czujesz lęk lub smutek.

Nigdy nie jesteś sam(-a) z takim problemem.

Spotkania online

Czasami możesz spotykać się z psychologiem lub terapeutą przez Internet.

Podczas takich spotkań:

- ✓ rozmawiasz z nami przez bezpieczne programy do komunikacji;
- ✓ Twoje dane i rozmowy są chronione;
- ✓ możesz powiedzieć, jeśli coś Ci przeszkadza lub czujesz się niekomfortowo;

✔ możesz poprosić o pomoc rodzica, opiekuna lub terapeutę.

Pamiętaj:

- postaraj się uczestniczyć w spotkaniu w spokojnym miejscu;
- nie udostępniaj linków do spotkań innym osobom;
- nie nagrywaj spotkania bez zgody wszystkich uczestników;
- jeśli podczas rozmowy wydarzy się coś, co Cię zaniepokoi, od razu powiedz o tym terapeutcie lub zaufanej osobie dorosłej.

Tak samo jak podczas spotkań w gabinecie, podczas spotkań online masz prawo do szacunku, bezpieczeństwa i pomocy.

Pamiętaj

Masz prawo do ochrony.

Masz prawo do pomocy.

Masz prawo czuć się bezpiecznie.

Masz prawo mówić o swoich uczuciach i problemach.

Jeżeli wydarzyło się coś złego, zawsze możesz powiedzieć o tym osobie dorosłej, której ufasz.

W Centrum Wspomagania Rozwoju Neuron jesteśmy po to, aby Cię wspierać, pomagać i dbać o Twoje bezpieczeństwo.

Potrzebujesz pomocy?

Możesz porozmawiać z pracownikiem Centrum Wspomagania Rozwoju Neuron.

Ważne numery telefonów

☎ Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży – 116 111

☎ Numer alarmowy – 112

☎ Telefon dla dzieci i młodzieży Rzecznika Praw Dziecka – 800 12 12 12

Nie bój się prosić o pomoc. Rozmowa z zaufaną osobą może wiele zmienić.