

Jak rozmawiać z rodzicami o trudnych sytuacjach?

Po co ten materiał?

Rodzice przyjdą na najbliższe zebranie z jednym pytaniem w głowie: czy moje dziecko jest tu bezpieczne. Ten materiał daje wychowawcy gotowy plan zebrania, zdania do powiedzenia, odpowiedzi na trudne pytania i checklisty.

Kontekst: w ciągu dwóch dni doszło do dwóch ataków nożem w szkołach na Mazowszu.

- **Ostrołęka, 7 października 2026.** 19-letni uczeń Zespołu Szkół Zawodowych nr 4 zaatakował ludzi w szkole i w jej pobliżu. Ranni to pięcioro uczniów, dwoje nauczycieli i dwie osoby postronne. Część klas zabarykadowała się w salach. Sprawcę zatrzymano po około 20 minutach. (AP, OKO.press)
- **Leszczydół-Nowiny pod Wyszkiem, 8 października 2026.** 15-latek, były uczeń szkoły podstawowej, zaatakował nożem w tej szkole. Zginęła 37-letnia pracownica szkoły. Ranni zostali dyrektor i nauczyciel. Dyrektor pomógł obezwładnić napastnika, policja go zatrzymała. (Polsat News)

To oznacza dwie rzeczy dla zebrania. **Po pierwsze**, ktoś zginął, więc dzieci będą pytać o śmierć. **Po drugie**, drugi atak zdarzył się w zwykłej podstawówce, a sprawca był w wieku uczniów klas 7-8. Rodzice dzieci w każdym wieku będą czuć, że to dotyczy także ich.

Trzy cele zebrania:

1. Dać rodzicom sprawdzone informacje o tym, co robi szkoła. Uspokoić, ale bez obietnic, których nikt nie dotrzyma.
2. Pokazać, jak rozmawiać z dzieckiem w tym konkretnym wieku i po czym poznać, że potrzebuje pomocy.
3. Ustalić współpracę: rodzice wiedzą, co i komu zgłaszać, a szkoła wie, że na nich liczy.

Ważne: jeśli zdarzenie dotknęło bezpośrednio waszą szkołę, najpierw działa interwencja kryzysowa (psycholodzy, poradnia, organ prowadzący). Ten scenariusz przyda się wtedy jako drugi krok, po kilku dniach.

Zanim wejdiesz na zebranie

Najgorsze, co może się stać, to pięciu wychowawców mówiących pięć różnych rzeczy o bezpieczeństwie szkoły. Dlatego zebrania poprzedza krótkie spotkanie zespołu: dyrekcja, wychowawcy, pedagog, psycholog.

Co ustalić na spotkaniu zespołu:

- Jedną wersję informacji: co szkoła już zrobiła, co robi w najbliższych tygodniach, czego na razie nie wiemy.

- Kto odpowiada na jakie pytania. Pytania o budynek, monitoring i ochronę: dyrektor. Pytania o emocje dzieci: pedagog lub psycholog. Wychowawca nie musi znać się na wszystkim.
- Harmonogram: pedagog lub psycholog wchodzi na 15 minut do kolejnych klas, jeśli tylko się da.
- Zasadę: na forum nie rozmawiamy o konkretnych uczniach. Każdy sygnał o konkretnym dziecku idzie na rozmowę indywidualną.
- Co wysyłamy rodzicom, którzy nie przyjdą (wiadomość w e-dzienniku tego samego wieczoru).

Fakty o szkole, które trzeba znać przed zebraniem. Jeśli czegoś z tej listy nie wiesz, dowiedz się teraz, a nie przy rodzicach:

Pytanie	Odpowiedź w naszej szkole (wpisz)
Kto i jak wchodzi do budynku w czasie lekcji?	
Czy szkoła ma procedurę na wypadek wtargnięcia napastnika? Jak brzmi sygnał?	
Kiedy ostatnio ćwiczyliśmy ewakuację lub zamknięcie się w salach? Kiedy następne ćwiczenie?	
Co szkoła robi, gdy uczeń przyniesie niebezpieczny przedmiot?	
Jak rodzic dostanie informację w sytuacji kryzysowej (SMS, e-dziennik, telefon)?	
Gdzie uczniowie i rodzice zgłaszają niepokojące sygnały? Czy da się zgłosić anonimowo?	
Dyżury pedagoga i psychologa: dni, godziny, gabinet, telefon	
Najbliższa poradnia psychologiczno-pedagogiczna: adres, telefon	
Co mówią nasze Standardy ochrony małoletnich o zgłaszaniu zagrożeń?	

Nauczyciel pamięta żeby zadbać o siebie!!! Nauczyciel może się bać albo być wściekły. To normalne. Zanim nauczyciel/nauczycielka stanie przed rodzicami, prosimy o porozmawianie z kimś z zespołu o tym, jak sam to przeżywa.

Co przygotować :

- wydrukowaną ulotkę (ostatnia sekcja),
- karteczki i pudełko na pytania anonimowe (niektórzy rodzice nie zapytają głośno),
- listę kontaktów z tabeli wyżej, wypisaną na tablicy albo na slajdzie,
- prezentację, z której wybierzesz slajdy dla swojego poziomu.

Scenariusz zebrania krok po kroku

Ta część zebrania trwa 45 minut w wersji pełnej i 20 minut w skróconej. Sprawy klasowe (oceny, wycieczka) zostaw na koniec, nie na początek. Rodzic, który się boi, i tak nie usłyszy nic o wycieczce.

1. Otwarcie i zasady

Możliwe rozpoczęcie:

Zanim przejdziemy do spraw klasy, chcę porozmawiać o tym, co stało się w ostatnim czasie w szkołach. Wiem, że wielu z Państwa się niepokoi. Mnie też to poruszyło. Powiem, co wiemy, co robi nasza szkoła i jak rozmawiać z dziećmi. Potem będzie czas na pytania.

Od razu należy ustalić jedną zasadę:

Bardzo proszę: dziś nie rozmawiamy przy wszystkich o konkretnych dzieciach. Jeśli ktoś z Państwa ma niepokojącą informację o konkretnym uczniu, porozmawiajmy po zebraniu albo jutro, w cztery oczy. Tak chronimy wszystkie dzieci, także Państwa.

2. Co się wydarzyło

Dwa, trzy zdania faktów. Bez imienia sprawcy, bez opisu broni, bez liczby ran, bez nagrań.

Niedawno w dwóch szkołach na Mazowszu doszło do ataków nożem. W Ostrołęce ranni zostali uczniowie, nauczyciele i przechodnie. W szkole podstawowej pod Wyszkiem zginęła pracownica szkoły, ranni są dyrektor i nauczyciel. Obaj sprawcy zostali zatrzymani. Nie będę opowiadać szczegółów. Nie pomagają, a dzieci i tak słyszą ich za dużo.

Można powiedzieć: „Myślę o jej rodzinie i o tamtej szkole”. Jedno takie zdanie wystarczy. Dobrze, żeby rodzice zobaczyli w nauczycielu/nauczycielce również człowieka, którego ta tragedia dotyka.

Gdy dzieci pytają o śmierć. Można rodzicom wprost powiedzieć: nie kłamiemy i nie używamy słów „zasnęła” ani „odeszła”. Małe dziecko może zacząć bać się snu. Lepiej krótko i prawdziwie: „Ta pani została bardzo mocno zraniona i lekarze nie zdołali jej uratować. Umarła. To bardzo smutne”. Potem pytanie: „Co czujesz, kiedy o tym słyszysz?”.

3. Co robi nasza szkoła

Nauczycielka/Nauczyciel czyta tabelę wypełnioną wcześniej. Konkretnie: co już zrobiliśmy, co zrobimy i kiedy. Potem powiedz uczniowie:

Nie obiecuję Państwu, że nic złego nigdy się nie wydarzy. Nikt tego uczniowie nie obieca. Mogę powiedzieć, co robimy, żeby ryzyko było jak najmniejsze, i co zrobimy, jeśli coś się stanie.

To zdanie buduje więcej zaufania niż „u nas jest bezpiecznie”. Rodzice wyczuwają fałsz.

4. Jak dzieci reagują

Nauczycielka/nauczyciel wybiera sekcję dla swojego poziomu (klasy 1-3, 4-8, ponadpodstawowe).

Najważniejszy komunikat dla rodziców: większość reakcji jest normalna i mija w ciągu kilku tygodni. Ale są sygnały, przy których nie czekamy.

5. Jak rozmawiać z dzieckiem

Pięć zasad wspólnych dla każdego wieku:

1. **Najpierw zapytaj, potem mów.** „Co o tym słyszałeś?” Dowiesz się, co dziecko wie, czego się boi i jakie plotki krążą.

2. **Mów prawdę, w dawce na wiek.** Krótko dla młodszych, więcej dla starszych. Nie kłam, że nic się nie stało.
3. **Nazwij uczucie.** „Widzę, że się boisz. To normalne, ja też się przejąłem.”
4. **Powiedz, kto pilnuje bezpieczeństwa.** Nauczyciele, policja, rodzice. Konkretnie uspokaja bardziej niż „nie martw się”.
5. **Zostaw otwarte drzwi.** „Możesz o tym ze mną gadać zawsze, nawet za tydzień.” Pytania często przychodzą później.

6. Co możemy zrobić razem?

To najważniejsza część dla klas 4-8 i szkół ponadpodstawowych. Rodzice mają trzy zadania:

- nauczyć dziecko różnicy między skargą a zgłaszaniem (szczegóły w sekcjach poziomów),
- reagować na groźby i „żarty” o atakach, także w sieci, i przekazywać je szkole,
- dać znać wychowawcy, gdy z ich dzieckiem dzieje się coś niepokojącego. Nie po to, żeby je ukarać, tylko żeby mu pomóc.

7. Pytania i zamknięcie

Rozdaj karteczki: „Proszę napisać pytanie, którego nie chcą Państwo zadać głośno. Odpowiem na wszystkie, dziś albo w wiadomości do piątku.” Gotowe odpowiedzi na najczęstsze pytania są w osobnej sekcji.

Na koniec:

Dziękuję, że Państwo przyszli. Ulotka z kontaktami jest na ławkach. Zostają jeszcze 20 minut, jeśli ktoś chce porozmawiać bez świadków. Zapraszam również na dyżur dla rodziców.....

Klasy 1-3: co mówić rodzicom?

Młodsze dzieci rzadko pytają wprost. Pokazują strach ciałem i zachowaniem. Rodzice tych dzieci potrzebują przede wszystkim instrukcji: co powiedzieć, czego nie pokazywać i po czym poznać, że dziecko sobie nie radzi.

Co dziecko w tym wieku mogło usłyszeć: od starszego rodzeństwa, z telewizora włączonego w tle, z rozmów dorosłych przy stole, od kolegów na przerwie. Często w wersji przekręconej i straszniejszej niż prawda („ktoś chodzi po szkołach z nożem”).

Normalne reakcje (zwykle mijają w 2-4 tygodnie):

- nie chce rano wyjść z domu, płacze przy rozstaniu,
- boli go brzuch albo głowa przed szkołą,
- gorzej śpi, budzi się w nocy, chce spać z rodzicem,
- zachowuje się jak młodsze dziecko (mówi dziecinnie, moczy się w nocy),
- bawi się w atak, rysuje go, powtarza to samo pytanie wiele razy. To sposób, w jaki małe dziecko przerabia strach. Nie karzemy za to.

Kiedy iść do pedagoga, psychologa lub poradni:

- objawy trwają dłużej niż miesiąc albo się nasilają,
- dziecko odmawia chodzenia do szkoły,
- przestaje się bawić, jeść, mówić,
- ma napady paniki, koszmary co noc,
- rodzic czuje, że coś jest nie tak. To wystarczający powód.

Gotowe zdania dla rodzica. Jeśli jest szansa, że dziecko usłyszy o ataku (a w klasach 1-3 ta szansa jest duża), lepiej, żeby usłyszało od rodzica. Krótko:

W dwóch szkołach w innych miejscowościach starsi chłopcy zrobili krzywdę kilku osobom. Policja ich zatrzymała. Lekarze pomagają rannym. W twojej szkole panie i panowie pilnują, żeby było bezpiecznie. Jeśli coś cię martwi, zawsze możesz mi powiedzieć.

Gdy dziecko pyta „czy ktoś umarł?”, nie zaprzeczać:

Tak. Umarła pani, która pracowała w tamtej szkole. To bardzo smutne i dorośli też są smutni. Takie rzeczy zdarzają się bardzo, bardzo rzadko. Dlatego wszyscy o tym mówią.

Gdy dziecko pyta „czy u nas też tak będzie?”:

Takie rzeczy zdarzają się bardzo rzadko. Dlatego wszyscy o tym mówią. Twoja pani wie, co robić, żebyście byli bezpieczni. Ja też o ciebie dbam.

Konkretne zadania dla rodziców:

- Wyłączyć wiadomości w telewizji i radiu, kiedy dziecko jest w pokoju. Nie oglądać nagrań z ataku przy dziecku, także na telefonie.
- Uważać na rozmowy dorosłych. Dziecko słyszy więcej, niż się wydaje, nawet z drugiego pokoju.
- Trzymać się rutyny: stałe pory snu, posiłków, wieczornego czytania. Rutyna daje poczucie, że świat jest przewidywalny.
- Dać dziecku kredki. Rysunek albo zabawa często powie więcej niż rozmowa.
- Pożegnanie rano krótkie i spokojne. Przeciąganie rozstania zwiększa lęk.

Ćwiczenia w szkole. Jeśli szkoła ćwiczy zamykanie się w salach, rodzic może to wytłumaczyć tak:

Ćwiczymy, żeby wiedzieć, co robić. Tak jak w samochodzie zapinamy pasy, chociaż nie planujemy wypadku.

Co robi wychowawca w klasie. Powiedz rodzicom, jak ty rozmawiasz z dziećmi: krótko, bez szczegółów, odpowiadasz na pytania, dajesz poczucie, że jesteś. Rodzice uspokajają się, gdy wiedzą, że w szkole i w domu dziecko słyszy to samo.

Klasy 4-8: co mówić rodzicom

W tym wieku dzieci wiedzą o ataku więcej niż rodzice myślą, i to głównie z telefonu. Największe zagrożenia po takim zdarzeniu to plotki, nagrania krążące po grupach i „żarty” o powtórce. Rodzice muszą usłyszeć o tym wprost.

Uwaga dla klas 7-8. Atak pod Wyszkowem zdarzył się w szkole podstawowej, a sprawca miał 15 lat. To rówieśnik waszych uczniów. Dlatego w klasach 7-8 omów z rodzicami także sygnały ostrzegawcze z sekcji dla szkół ponadpodstawowych.

Skąd dziecko wie: TikTok, YouTube, Instagram, Discord, klasowe grupy na Messengerze. Mogło zobaczyć nagrania lub zdjęcia rannych. Mogło dostać wiadomość typu „jutro u nas będzie to samo”.

Normalne reakcje:

- czarny humor, memy, bagatelizowanie („co w tym takiego”). Często to przykrywka dla strachu,
- drażnienie szczegółów, oglądanie wszystkiego na ten temat,
- złość, drażliwość, kłótnie z rodzeństwem,
- bóle brzucha, niechęć do szkoły, gorszy sen,
- pytania o sens, sprawiedliwość, „dlaczego on to zrobił”.

Kiedy szukać pomocy:

- dziecko unika szkoły dłużej niż tydzień albo wymyśla choroby,
- zamyka się w sobie, przestaje widywać kolegów,
- obsesyjnie ogląda nagrania przemocy,
- mówi o tym, że chce komuś zrobić krzywdę albo sobie,
- zaczyna nosić przy sobie nóż lub inny przedmiot „do obrony”.

Gotowe zdania dla rodzica. Zacząć od pytania:

Słyszałeś o tym, co się stało w szkołach w Ostrołęce i pod Wyszkowem? Co ludzie w klasie o tym mówią?

Potem prostować plotki i mówić o nagraniach:

Jeśli ktoś ci wyśle nagranie z ataku, nie oglądaj i nie wysyłaj dalej. Sprawcy takich ataków często chcą rozgłosu. Każde udostępnienie daje im to, czego chcieli. A ranni i ich rodziny nie chcą, żeby ich krzywdę oglądała cała Polska.

Żarty i groźby. To trzeba powiedzieć dziecku wyraźnie:

Po takich wydarzeniach szkoła i policja traktują każdą groźbę poważnie. Także „żart”, że ktoś przyjdzie z nożem. Taki żart może skończyć się wezwaniem policji i sprawą w sądzie rodzinnym. Nie piszemy takich rzeczy, nawet dla jaj. A jeśli ktoś tak pisze, mówimy dorosłemu.

Skarżenie czy zgłaszanie. Dzieci w tym wieku boją się być „kapusiem”. Daj rodzicom prostą formułę dla dziecka:

Skarżysz, kiedy chcesz, żeby ktoś miał kłopoty. Zgłaszasz, kiedy chcesz, żeby nikt nie ucierpiał. Zgłaszanie to nie donosicielstwo, to dbanie o ludzi. Także o tego, kto grozi, bo on też może potrzebować pomocy.

Konkretne zadania dla rodziców:

- Zapytać, w jakich grupach jest dziecko i co tam krąży. Bez czytania wiadomości za plecami, otwarcie.

- Ustalić z dzieckiem: jeśli dostanie coś niepokojącego, robi zrzut ekranu i pokazuje rodzicowi lub wychowawcy. Nie kasuje.
- Porozmawiać o nożach: nie nosimy noża „dla bezpieczeństwa”, nawet scyzoryka. Nóż w kieszeni nie chroni, tylko zwiększa ryzyko. Sprawdzić, co mówi o tym statut szkoły, nie nosimy żadnej broni.
- Ograniczyć oglądanie wiadomości o ataku. Raz obejrzeć razem z komentarzem rodzica jest lepiej niż przewijać sam w nocy.
- Pilnować snu. Telefon poza sypialnią na noc to w tym tygodniu bardzo dobry pomysł.

Co robi szkoła. Nauczyciel/Nauczycielka mówi, jak wygląda zgłaszanie w waszej szkole: do kogo, jak szybko reagujecie, czy uczeń może zgłosić anonimowo. Jeśli nie ma prostej ścieżki, to jest moment, żeby ją stworzyć.

Szkoły ponadpodstawowe: co mówić rodzicom?

Sprawcy z Ostrołęki (19 lat) i spod Wyszkowa (15 lat) byli w wieku waszych uczniów albo niewiele młodszy i chodzili do zwykłych szkół. To zmienia rozmowę. Rodzice nastolatków boją się nie tylko o to, że ich dziecko zostanie zaatakowane. Część z nich po cichu zastanawia się, czy ich własne, zamknięte w pokoju dziecko nie jest bliżej tej drugiej strony. Trzeba umieć rozmawiać o obu tych lękach.

Co wie młodzież: zwykle więcej niż rodzice i więcej niż nauczyciele. Widziała nagrania, komentarze, czyta teorie o motywach. Część reaguje cynizmem, część strachem, część fascynacją sprawcą.

Normalne reakcje: czarny humor, złość na dorosłych („szkoła nic nie robi”), unikanie tematu, większa czujność wobec kolegów, nieufność.

Kiedy szukać pomocy:

- nastolatek izoluje się, zrywa kontakty, rzuca dotychczasowe zainteresowania,
- mówi lub pisze o zemście, o tym, że „wszyscy jeszcze zobaczą”,
- fascynuje się sprawcami ataków, zbiera o nich materiały, broni ich w rozmowach,
- ma za sobą długą historię bycia ofiarą przemocy rówieśniczej lub wykluczenia,
- mówi o bezsensie życia, okalecza się, rozdaje swoje rzeczy.

Sygnaly ostrzegawcze u rówieśnika. Analizy ataków w szkołach pokazują, że sprawcy często wcześniej komuś mówili lub pisali o swoich zamiarach. Najczęściej słyszą to koledzy, nie dorośli. Dlatego młodzież musi wiedzieć, co z taką informacją zrobić. Rodzic może powiedzieć tak:

Jeśli ktoś pisze albo mówi, że chce kogoś skrzywdzić, że przyniesie nóż, że wszyscy jeszcze o nim usłyszą, nie zostawiaj tego. Zrób zrzut ekranu i powiedz mi albo wychowawcy. Jeśli to wygląda na zagrożenie tu i teraz, dzwoń na 112. Lepiej dziesięć razy niepotrzebnie, niż raz za późno.

Nie zamieniamy tego w polowanie na "dziwaków". To ważne zdanie na zebranie. Cichy, samotny, inaczej ubrany uczeń nie jest zagrożeniem. Zgłaszamy konkretne zachowania (groźby, broń, plany), nie inność. Samotny uczeń potrzebuje, żeby ktoś usiadł z nim na przerwie, a nie żeby cała klasa się go bała. Odrzucenie i wykluczenie zwiększa ryzyko, a nie je zmniejsza.

Gotowe zdania dla rodzica:

Co myślisz o tym, co się stało? Jak o tym gadacie w szkole?

Czy znasz kogoś, kto ostatnio jest w bardzo złym stanie albo mówi niepokojące rzeczy? Nie musisz podawać imienia. Pomyślmy razem, co można zrobić.

Jak ty się czujesz w szkole? Czy jest ktoś, kto ci dokucza?

Konkretne zadania dla rodziców:

- Rozmawiać jak z dorosłym: pytać o zdanie, nie robić wykładów.
- Porozmawiać o nagraniach i sławie sprawców: nie udostępniamy, nie robimy memów, nie robimy z nikogo „legendy”.
- Zapytać wprost o noże i inne przedmioty noszone „do obrony”.
- Obserwować, czy nastolatek nie zostaje sam: bez przyjaciół, bez zajęć, całe noce w sieci.
- Znać numery wsparcia i podać je nastolatкови (116 111 działa do 18. roku życia, dorośli w kryzysie mają 116 123 i 800 70 22 22).

Uczniowie pełnoletni. Część waszych uczniów ma 18 lat i więcej. Rodzice nie mają już automatycznego prawa do wszystkich informacji o nich. Przed zebraniem sprawdź z dyrektcją, co możesz przekazać rodzicom pełnoletniego ucznia bez jego zgody. Zasada praktyczna: jeśli chodzi o bezpośrednie zagrożenie życia lub zdrowia, działamy zgodnie z procedurą szkoły i przepisami, a nie czekamy na zgodę.

Trudne pytania rodziców i gotowe odpowiedzi

Na każde z tych pytań lepiej mieć odpowiedź przed zebraniem niż wymyślać ją pod presją. Jeśli czegoś nie wiesz, mów: „Nie wiem. Sprawdzę i odpowiem Państwu do (konkretny dzień)”. I dotrzymaj tego terminu.

Pytanie rodzica	Co odpowiedzieć	Na co uważać
Czy moje dziecko jest tu bezpieczne?	„Robimy (konkret z tabeli faktów), żeby było jak najbezpieczniej. Nie obiecuję, że nic nigdy się nie stanie, bo nikt tego uczciwie nie obieca. Obiecuję, że traktujemy każdy sygnał poważnie.”	Nie mów „u nas to niemożliwe”.
Dlaczego nie ma ochroniarza, bramek, wykrywaczy metalu?	„Rozumiem to pytanie. Decyzje o takich rozwiązaniach podejmuje dyrektcja z organem prowadzącym. Przekażę Państwa głos dyrektorowi, a odpowiedź dostaną Państwo do (dzień).”	Nie broń i nie krytykuj władz. Przekaż dalej.
Czy w naszej szkole jest ktoś taki? Słyszałam o chłopaku z 7b...	„O konkretnych uczniach nie rozmawiamy przy wszystkich. Jeśli ma Pani informację o zagrożeniu, porozmawiajmy zaraz po zebraniu. Każdą taką informację sprawdzamy.”	Nie potwierdzaj i nie zaprzeczaj. Nie bagatelizuj.
Czy mam zatrzymać dziecko w domu?	„To Państwa decyzja. Z doświadczenia wiemy, że powrót do zwykłego rytmu zwykle pomaga dziecku szybciej się uspokoić. Jeśli dziecko bardzo się boi, porozmawiajmy z pedagogiem, jak mu pomóc wrócić.”	Nie zawstydzaj rodzica.
Czy będziecie przeszukiwać plecaki?	„Nauczyciel nie ma prawa przeszukać plecaka ucznia. Jeśli podejrzewamy, że uczeń ma niebezpieczny przedmiot,	Sprawdź wcześniej procedurę swojej

Pytanie rodzica	Co odpowiedzieć	Na co uważać
	prosimy go o pokazanie, wzywamy rodziców, a w razie zagrożenia policję. Tak mówi nasza procedura."	szkoły.
Moje dziecko mówi, że ktoś w klasie groził. Co zrobicie?	„Dziękuję, że Pan mówi. Zapiszę to teraz, dziś przekażę pedagogowi i dyrekcji. Odezwę się do Pana do (dzień), co zrobiliśmy. Szczegółów o drugim uczniu nie mogę podać, ale sprawę zamknijemy.”	Zapisz datę, godzinę, słowa. Nie odkładaj.
To wina gier / rodziców / szkoły / internetu.	„Przyczyny takich ataków są złożone i ustala je prokuratura. Dziś skupmy się na tym, na co mamy wpływ: na naszych dzieciach i naszej szkole.”	Nie wchodzić w szukanie winnych.
Czy psycholog porozmawia z moim dzieckiem?	„Tak. Psycholog/pedagog przyjmuje w (dni, godziny). Mogę Pana umówić. Poza szkołą pomaga też poradnia psychologiczno-pedagogiczna, bez skierowania.”	Podaj konkretny termin, nie „proszę się zgłosić”.
Czy na lekcjach będziecie mówić dzieciom o szczegółach?	„Nie. Rozmawiamy krótko, bez szczegółów i nagrań, odpowiadamy na pytania dzieci w sposób dopasowany do wieku.”	Dotrzymaj tego.
Czy ćwiczenia z zamykania się w salach nie przestraszą dzieci?	„Ćwiczymy tak jak przy alarmie pożarowym: spokojnie, bez straszenia. Dzieci, które wiedzą, co robić, boją się mniej.”	Uprzedź rodziców o terminie ćwiczeń.
Dlaczego nie poinformowaliście nas od razu?	„Ma Pani rację, że rodzice powinni wiedzieć. Przekażę to dyrekcji. Od dziś informacje o bezpieczeństwie wysyłamy przez (kanał).”	Nie tłumacz się. Przyjmij uwagę.

Rozmowy indywidualne: pięć trudnych sytuacji

Najważniejsze rozmowy odbędą się nie na zebraniu, tylko po nim, w cztery oczy. Każdą prowadź według tego samego szkieletu:

1. **Przygotuj się.** Zapisz fakty: co, kiedy, kto widział. Ustal z pedagogiem lub dyrekcją, czy rozmawiasz sam, czy we dwoje. Przy rozmowie o zagrożeniu zawsze we dwoje.
2. **Otwórz spokojnie.** Usiądźcie, nie na korytarzu. Powiedz, ile macie czasu i po co się spotykacie.
3. **Fakty, nie oceny.** „Wczoraj na grupie klasowej Kuba napisał...”, a nie „Kuba jest agresywny”.
4. **Wysłuchaj.** Daj rodzicowi zareagować. Złość i zaprzeczanie to normalna pierwsza reakcja.
5. **Ustal plan.** Kto co robi i do kiedy. Zapisz. Umów się na kolejny kontakt.

A. Rodzic przychodzi przerażony lub wściekły

Cel: obniżyć emocje, zanim zaczniesz rozmawiać o czymkolwiek.

Widzę, że to dla Pani bardzo ważne. Usiądźmy. Mam teraz dla Pani 20 minut.

Rozumiem, że się Pani boi. Ja na Pani miejscu też bym się bał. Powiedzmy sobie, co konkretnie Panią niepokoi.

Nie mów „proszę się uspokoić”. Nie przerywaj. Nie podnoś głosu, mów wolniej i ciszej niż rodzic. Jeśli rodzic krzyczy lub obraża, powiedz spokojnie: „Chcę Pani pomóc, ale nie dam rady rozmawiać, gdy Pani krzyczy. Zrobmy pięć minut przerwy albo umówmy się na jutro z dyrektorem”.

B. Musisz powiedzieć rodzicowi, że jego dziecko groziło, przyniosło nóż lub pisało niepokojące rzeczy

To najtrudniejsza rozmowa. Rodzic usłyszy „wasze dziecko jest jak ten z Ostrołęki”. Twoje zadanie to powiedzieć jasno o faktach i jednocześnie pokazać, że chodzi o pomoc.

Poprosiłam Państwa o spotkanie, bo martwię się o Michała. Chcę o tym porozmawiać razem z Państwem, bo bez Państwa nie pomożemy mu dobrze.

Wczoraj Michał napisał na grupie klasowej: (dokładne słowa). Kilka osób się przestraszyło i pokazało nam zrzut ekranu. Po tym, co się stało w Ostrołęce, musimy takie rzeczy traktować bardzo poważnie. Zgodnie z procedurą (powiedz, co szkoła już zrobiła lub zrobi).

Nie zakładamy, że Michał chce kogoś skrzywdzić. Chcemy zrozumieć, co się z nim dzieje. Czy Państwo coś ostatnio zauważyli w domu?

Plan na koniec: spotkanie z psychologiem w konkretnym terminie, rozmowa z uczniem, kontakt z rodzicami za tydzień. **Pamiętaj, że przy groźbie karalnej lub posiadaniu niebezpiecznego narzędzia szkoła ma obowiązki wynikające z procedur i przepisów (m.in. ustawy o wspieraniu i resocjalizacji nieletnich). Powiedz o tym rodzicom uczciwie. Nie obiecuj, że „zostanie między nami”.**

C. Rodzic zgłasza, że inny uczeń jest niebezpieczny

Dziękuję, że Pan przyszedł z tym do mnie. Proszę opowiedzieć dokładnie: co Pana syn widział lub słyszał, kiedy, gdzie.

Zapisz słowo w słowo. Zapytaj o dowody (zrzuty ekranu). Powiedz, co zrobisz i kiedy, ale nie zdradzaj, co szkoła zrobi z drugim uczniem: „Nie mogę mówić o innym dziecku, ale zapewniam, że sprawa trafi dziś do pedagoga i dyrekcji”. Jeśli to zagrożenie tu i teraz, nie czekasz do jutra: dyrekcja i 112.

D. Dziecko ma wyraźne objawy, a rodzic bagatelizuje

Przyszło mi do głowy, że Pan może tego nie widzieć w domu, ale w szkole Zosia od tygodnia nie je drugiego śniadania, płacze na przerwach i dwa razy prosiła, żeby zadzwonić po Pana. Myślę, że ona bardzo przeżyła to, co się stało.

Nie mówię, że dzieje się coś strasznego. Mówię, że warto, żeby porozmawiała z psychologiem. Mogę ją umówić na czwartek?

Konkret zachowań zamiast diagnozy („ma traumę”). Propozycja z terminem zamiast „może warto by było”.

E. Rodzic żąda usunięcia „tego ucznia” ze szkoły

Rozumiem, że chce Pani, żeby Pani dziecko było bezpieczne. Ja też tego chcę. O tym, co dzieje się z konkretnym uczniem, decyduje dyrekcja zgodnie z przepisami i nie mogę o tym rozmawiać. Mogę powiedzieć, co robimy, żeby w klasie było bezpiecznie, i umówić Panią z dyrektorem.

Nie dołączaj się do nagonki. Nie broń też drugiego ucznia przy rodzicu. Przekieruj.

Czego nie mówić i co powiedzieć zamiast

Te zdania padają najczęściej, bo wydają się uspokajające. Robią odwrotnie.

Zamiast	Powiedz
„U nas to się nie może zdarzyć.”	„Robimy (konkret), żeby ryzyko było jak najmniejsze.”
„Nie ma się czego bać.”	„Rozumiem, że się Pani boi. To normalne po czymś takim.”
„Proszę się uspokoić.”	„Widzę, że to dla Pana ważne. Usiądźmy.”
„To był psychopata / chory psychicznie.”	Nic. Nie znamy motywów. Takie zdania stygmatyzują osoby w kryzysie psychicznym, które zwykle nikogo nie atakują.
„To przez gry komputerowe.”	„Przyczyny ustala prokuratura. My skupmy się na tym, na co mamy wpływ.”
Imię sprawcy, opis broni, liczba ran	„Szczegóły nie pomagają, a dzieci słyszą ich za dużo.”
„Ten z 2c też jest dziwny.”	Nic przy innych. Konkretne obawy idą do pedagoga, na piśmie.
„Nie mogę nic powiedzieć.” (bo nie wiesz)	„Nie wiem. Sprawdzę i odpowiem do czwartku.”
„Zostanie między nami.” (przy zagrożeniu)	„Muszę to przekazać dyrekcji i pedagogowi. Tak działa nasza procedura i tak chronimy wszystkie dzieci.”
„Dzieci szybko zapominają.”	„Reakcje mogą przyjść nawet po kilku tygodniach. Proszę obserwować i dać mi znać.”
„To był żart, nie przesadzajmy.”	„Po takich wydarzeniach każdą groźbę sprawdzamy. Lepiej sprawdzić niepotrzebnie.”

Checklista dla wychowawcy

Przed zebraniem

- ☐ Byłem na spotkaniu zespołu i znam wspólną wersję informacji.
- ☐ Wypełniłem tabelę faktów o szkole (wejścia, procedura, ćwiczenia, zgłaszanie, kontakty).
- ☐ Wiem, kto odpowiada na pytania o budynek i ochronę, a kto o emocje dzieci.
- ☐ Pedagog lub psycholog wie, o której wchodzi do mojej klasy.
- ☐ Mam wydrukowane ulotki dla każdej rodziny.
- ☐ Mam karteczki i pudełko na pytania anonimowe.
- ☐ Wybrałem slajdy dla swojego poziomu (1-3, 4-8 lub ponadpodstawowe).

- ☐ Wiem, co mówi procedura szkoły o niebezpiecznych przedmiotach i groźbach.
- ☐ (szkoły ponadpodstawowe) Wiem, co mogę przekazać rodzicom pełnoletniego ucznia.
- ☐ Porozmawiałem z kimś o tym, jak sam to przeżywam.

W trakcie zebrania

- ☐ Zacząłem od tematu bezpieczeństwa, nie od ocen.
- ☐ Ustaliłem zasadę: o konkretnych dzieciach tylko w cztery oczy.
- ☐ Podałem fakty bez szczegółów ataku i bez imienia sprawcy.
- ☐ Powiedziałem, co konkretnie robi szkoła, i nie obiecałem stuprocentowego bezpieczeństwa.
- ☐ Omówiłem normalne reakcje dzieci i sygnały, przy których szukamy pomocy.
- ☐ Dałem rodzicom gotowe zdania do rozmowy z dzieckiem, także o śmierci.
- ☐ (4-8 i ponadpodstawowe) Powiedziałem o nagraniach, groźbach, „żartach” i zgłaszaniu.
- ☐ Rozdałem karteczki na pytania i ulotki.
- ☐ Na pytania, na które nie znam odpowiedzi, podałem termin odpowiedzi.
- ☐ Powiedziałem, kiedy i gdzie jestem dostępny po zebraniu.

Po zebraniu (w ciągu 48 godzin)

- ☐ Odpowiedziałem na wszystkie pytania z karteczek (wiadomość w e-dzienniku).
- ☐ Wysłałem informację rodzicom, którzy nie przyszli.
- ☐ Każdy sygnał o konkretnym uczniu zapisałem i przekazałem pedagogowi i dyrekcji tego samego dnia.
- ☐ Przekazałem dyrekcji pytania o bezpieczeństwo budynku, na które nie umiałem odpowiedzieć.
- ☐ Umówiłem rozmowy indywidualne, o które prosili rodzice.
- ☐ Zapisałem uczniów, których reakcje chcę obserwować, i ustaliłem z pedagogiem, kiedy wracamy do tematu.
- ☐ Sprawdziłem, jak się czuję. Jeśli źle, rozmawiam z kimś z zespołu.

Ulotka dla rodziców (do wydruku) i telefony wsparcia

Ulotka jest na następnej stronie. Uzupełnij kontakty szkoły i wydrukuj ją dla każdej rodziny.

Jak rozmawiać z dzieckiem po atakach w szkołach

Najpierw zapytaj, potem mów. „Co o tym słyszałeś?” Prostuj plotki.

Mów prawdę, krótko. Im młodsze dziecko, tym mniej szczegółów. Gdy pyta o śmierć, nie kłam i nie mów „zasnęła”.

Nazwij uczucie. „Widzę, że się boisz. To normalne.”

Powiedz, kto pilnuje bezpieczeństwa. Nauczyciele, policja, ty.

Nie pokazuj nagrań. Nie oglądaj ich przy dziecku i poproś, żeby ich nie przysyłało dalej.

Groźby to nie żarty. Każdą groźbę, także w internecie, zgłaszamy wychowawcy. Zrzut ekranu, nie kasujemy.

Zgłaszanie to nie skarżenie. Zgłaszamy, żeby nikt nie ucierpiał.

Kiedy szukać pomocy: objawy trwają dłużej niż miesiąc, dziecko odmawia chodzenia do szkoły, zamyka się w sobie, mówi o krzywdzeniu siebie lub innych, nosi nóż „do obrony”.

Kontakty w szkole:

Kto	Kiedy i gdzie	Telefon / e-dziennik
Wychowawca	(wpisz)	(wpisz)
Pedagog szkolny	(wpisz)	(wpisz)
Psycholog szkolny	(wpisz)	(wpisz)
Poradnia psychologiczno-pedagogiczna	(wpisz adres)	(wpisz)

Telefony wsparcia (bezpłatne):

Numer	Dla kogo
112	Zagrożenie życia lub zdrowia tu i teraz
116 111	Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży (Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę), także czat na 116111.pl
800 12 12 12	Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka, mogą dzwonić też dorośli w sprawie dziecka
800 100 100	Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci (sprawdź godziny dyżurów)
116 123	Telefon zaufania dla dorosłych w kryzysie emocjonalnym
800 70 22 22	Centrum Wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym, całodobowo

Godziny działania linii czasem się zmieniają. Prosimy sprawdzić przed użyciem dla rodziców.

•