

Jak rozmawiać z rodzicami o trudnych sytuacjach?

Materiał dla nauczycieli i wychowawców klas 1-3, 4-8 i szkół ponadpodstawowych.
Scenariusz rozmowy, gotowe zdania, checklista

Po co ten materiał?

Każdy wychowawca zna ten moment. Trzeba zadzwonić do rodzica i powiedzieć, że jego dziecko kogoś bije, nie zda, nie się albo od miesiąca nie chodzi do szkoły. Rodzic słyszy wtedy nie tylko „pana syn ma problem”. Słyszy też „*jest pan złym rodzicem*”. Dlatego broni się, atakuje albo zamyka.

Ten materiał nie da gotowej recepty na każdą rozmowę. Daje **szkielet**, który może zadziałać w sytuacjach, i konkretne zdania, które można powiedzieć. Autorzy materiału starali się przygotować go z różnicowaniem na klasy 1-3; 4-8 i szkoły ponadpodstawowe.

Najważniejsza zasada: **rodzic i nauczyciel mają ten sam cel**. Chcą, żeby dziecku szło lepiej. Jeśli rodzic to poczuje w pierwszych minutach, resztę da się przedyskutować. Jeśli nie poczuje, nawet najlepsze argumenty odbiją się od ściany.

Zanim zaprosisz rodzica

Dobra rozmowa zaczyna się, zanim rodzic usiądzie. Większość nieudanych spotkań psuje się przez brak przygotowania, a nie przez złą wolę którejkolwiek strony.

Ustal cel. Zapisz w jednym zdaniu, po co jest ta rozmowa. „Chcę, żebyśmy razem ustalili, jak pomóc Oli wrócić na lekcje” to cel. „Muszę powiedzieć matce, że Ola wagaruje” to tylko informacja.

Rozmowa bez celu kończy się wymianą żali.

Zbierz fakty. Daty, sytuacje, słowa, oceny, liczba nieobecności. Nie „często się spóźnia”, tylko „spóźnił się 11 razy od września, najczęściej w poniedziałki”. **Fakty trudno podważyć.** Ocenę („jest leniwy”) podważa się łatwo i słusznie.

Zastanów się, kto ma być przy rozmowie. Przy drobnych sprawach wystarczy wychowawca. Przy przemocy, kryzysie psychicznym, podejrzeniu krzywdzenia dziecka albo gdy rodzic bywa agresywny, zaproś pedagoga, psychologa lub kogoś z dyrekcji. **Upředź rodzica, kto będzie: „Na spotkaniu będzie też pani pedagog, bo zna się na tym lepiej niż ja”.**

Wybierz miejsce i czas. Nie korytarz, nie przerwa, nie pięć minut przed lekcją. Osobna sala, zamknięte drzwi, krzesła obok siebie albo przy rogu stołu, **nie przez biurko**. Zaplanuj 30-40 minut. (lub tyle czasu ile jest to potrzebne).

Zaproś uczciwie. Rodzic, który dostaje wiadomość „Proszę o pilny kontakt”, przez całą noc wyobraża sobie najgorsze. Napisz, o co chodzi, bez szczegółów: „Chciałabym porozmawiać o tym, jak Kubie idzie z matematyką i co możemy razem zrobić. Czy pasuje Panu wtorek o 16:00?”.

Zadbaj o siebie. Jeśli ta rozmowa cię złości albo stresuje, powiedz o tym komuś z zespołu przed spotkaniem. Rodzic wyczuje napięcie szybciej niż jakiegokolwiek słowa.

Rozmowa w sześciu krokach

Ten szkielet działa i przy rozmowie o ocenach, i przy rozmowie o przemocy. Zmienia się tylko waga poszczególnych kroków.

1. Otwarcie

Dziękuję, że Pani przyszła. Mamy około pół godziny. Chcę porozmawiać o tym, co dzieje się z Kubą na przerwach, i razem zastanowić się, jak mu pomóc.

Od razu nazwij cel i czas. Rodzic przestaje się zastanawiać, „o co tu naprawdę chodzi”.

2. Coś dobrego o dziecku

Zanim przejdę do trudniejszej sprawy, chcę powiedzieć, że Kuba świetnie radzi sobie z młodszymi dziećmi. W zeszłym tygodniu sam z siebie pomógł pierwszakowi, który się zgubił.

To ma być prawda i konkret. Ogólnik („to dobry chłopak”) brzmi jak wstęp przed "ciosem" i rodzic to wyczuje. Jeśli naprawdę nic dobrego nie przychodzi ci do głowy, to sygnał, że najpierw ty potrzebujesz spojrzeć na dziecko szerzej.

3. Fakty

W ciągu ostatnich dwóch tygodni Kuba trzy razy uderzył kolegę na przerwie. Raz w poniedziałek, raz w środę, raz wczoraj. Za każdym razem chodziło o piłkę.

Mów, co się stało, a nie, jakie jest dziecko. Zamiast „Kuba jest agresywny” mów „Kuba uderzył”. Zachowanie da się zmienić. **Etykieta przykleja się na lata.**

4. Wysłuchanie

Jak Pani to widzi? Czy w domu też coś takiego się zdarza?

Potem milcz. Daj rodzicowi zareagować, nawet jeśli pierwsza reakcja to złość albo zaprzeczanie. Powtórz własnymi słowami, co usłyszałeś: „Czyli w domu Kuba jest spokojny, a problem pojawił się dopiero w tym roku”. **Rodzic, który czuje się wysłuchany, łatwiej przyjmie to, co powiesz potem.**

Rodzic często wie o dziecku rzeczy, które zmieniają obraz: rozwód, choroba w rodzinie, przeprowadzka, starszy brat, który bije. Bez tego kroku plan będzie oparty na połowie informacji.

5. Wspólny plan

Co możemy zrobić razem? Ja proponuję, żeby Kuba przez dwa tygodnie spędzał przerwy na boisku z dyżurującym nauczycielem. Co Pani mogłaby zrobić w domu?

Plan ma być **mały i konkretny**. Trzy rzeczy, każda z osobą i terminem, działają lepiej niż dziesięć dobrych rad. Zapytaj też, czego rodzic potrzebuje od szkoły. Czasem odpowiedź zaskakuje.

6. Zamknięcie

Podsumuję: Kuba spędza przerwy z dyżurnym, Pani rozmawia z nim w domu o tym, co robić, gdy się złości, a pani pedagog spotka się z nim w czwartek. Zadzwońię do Pani w piątek za tydzień i powiem, jak było.

Zapisz ustalenia i wyślij rodzicowi krótką wiadomość w e-dzienniku tego samego dnia. To chroni obie strony przed „przecież nic takiego nie ustalaliśmy”.

Gdy rodzic reaguje emocjami

Emocje rodzica to nie atak na ciebie. To zwykle strach o dziecko i wstyd. Twoim zadaniem nie jest ich uspokoić na siłę, tylko pozwolić im opaść, zanim przejdziecie do konkretów.

Reakcja rodzica	Co robić	Co możesz powiedzieć
Złość, podniesiony głos	Mów wolniej i ciszej niż rodzic. Nie broń się. Nazwij emocję.	„Widzę, że to Pana bardzo poruszyło. Rozumiem. Chcę to wyjaśnić razem z Panem.”
Krzyk, obrażanie	Postaw granicę spokojnie i zaproponuj przerwę.	„Chcę Panu pomóc, ale nie dam rady rozmawiać, gdy Pan krzyczy. Zróbmy pięć minut przerwy albo umówmy się na jutro z dyrektorem.”
Płacz	Poczekaj. Podaj chusteczkę. Nie przechodź od razu do dalszej części.	„Proszę się nie spieszyć. Mamy czas.”
Zaprzeczanie („w domu taki nie jest”)	Nie spieraj się o to, kto ma rację. Wróć do faktów i do wspólnego celu.	„Możliwe, że w domu jest inaczej. W szkole widzimy to i to. Zastanówmy się, skąd ta różnica.”
Obwinianie szkoły lub nauczyciela	Przyjmij to, co jest uzasadnione. Resztę odłóż na bok, nie wchodź w licytację.	„Może Pani mieć rację, że my też coś przeoczyliśmy. Sprawdzę to. Dziś skupmy się na tym, co zrobić dalej.”
Obwinianie innych dzieci	Nie rozmawiaj o innych uczniach. Wróć do tego dziecka.	„O innych dzieciach rozmawiam z ich rodzicami. Teraz chcę się skupić na Zosi.”
Milczenie, „róbcie, co chcecie”	Zapytaj wprost, czego rodzic się obawia. Zaproponuj mały krok.	„Mam wrażenie, że to dla Pani trudne. Czego Pani najbardziej się obawia?”
Groźby („pójdę do kuratorium”)	Nie strasz w odpowiedzi. Powiedz, że ma do tego prawo, i wróć do sprawy.	„Ma Pan do tego prawo. Ja i tak chcę, żebyśmy dziś ustalili, jak pomóc Jankowi.”

Jeśli rozmowa wymyka się spod kontroli, możesz ją przerwać. Lepiej przełożyć spotkanie i przyjść z pedagogiem niż ciągnąć kłótnię.

Klasy 1-3: co jest inne...

Rodzice najmłodszych dzieci często pierwszy raz słyszą, że z ich dzieckiem „coś jest nie tak”. Dla wielu to cios w poczucie, że są dobrymi rodzicami. Jednocześnie w tym wieku rodzice są blisko szkoły, odbierają dzieci, czytają e-dziennik. Łatwiej o kontakt, trudniej o dystans.

Typowe trudne sytuacje:

- trudności z adaptacją: płacz, bóle brzucha, odmowa wejścia do klasy,
- zachowanie: bicie, gryzienie, wybuchy złości, niesłuchanie poleceń,
- trudności w nauce: czytanie, pisanie, liczenie wyraźnie odbiegają od reszty klasy,
- potrzeba diagnozy w poradni psychologiczno-pedagogicznej,
- konflikty z rówieśnikami i wykluczanie z zabawy,
- zaniedbanie: dziecko głodne, niedomyte, nieodpowiednio ubrane, często chore bez leczenia.

Na co uważać w rozmowie:

- Rodzic bardzo łatwo usłyszy diagnozę tam, gdzie jej nie ma. Nie mów „chyba ma ADHD” ani „to dysleksja”. Opisz, co widzisz, i zaproponuj konsultację.
- Mów o rozwoju, nie o porażce. „Kasia potrzebuje więcej czasu z literami” brzmi inaczej niż „Kasia nie umie czytać”.
- Dawaj rodzicowi konkretne zadania na dom. Rodzice małych dzieci zwykle chcą coś robić i dobrze, jeśli wiedzą co.

Gdy proponujesz badanie w poradni:

Widzę, że Kasia bardzo się stara, a mimo to litery jej się mylą bardziej niż innym dzieciom. Nie wiem, z czego to wynika, i nie chcę zgadywać. W poradni psychologiczno-pedagogicznej mogą to sprawdzić. Badanie jest bezpłatne, nie trzeba skierowania, wniosek składa rodzic. Wynik pomoże nam dobrać ćwiczenia, które jej naprawę pomogą.

Powiedz jasno, że decyzja należy do rodzica. Jeśli się waha, nie naciskaj na pierwszym spotkaniu. Umów się na kolejne za miesiąc i wtedy wróćcie do tematu.

Gdy dziecko bije inne dzieci:

W tym tygodniu Ola dwa razy uderzyła koleżankę, gdy ta zabrała jej kredki. Widzę, że Ola bardzo szybko się złości i nie umie jeszcze tego zatrzymać. To w tym wieku się zdarza i da się tego nauczyć. Chciałabym, żebyśmy razem ćwiczyli z nią, co robić, gdy czuje złość.

Gdy podejrzewasz zaniedbanie: zacznij od pytania, nie od oskarżenia. „Zauważyłam, że Tomek kilka razy przyszedł bez śniadania i był bardzo głodny. Czy coś się zmieniło w domu? Czy możemy jakoś pomóc?” Czasem za zaniedbanie stoi bieda, choroba rodzica albo praca na trzy zmiany. Szkoła może wtedy pomóc, np. obiadem czy kontaktem z ośrodkiem pomocy społecznej. Jeśli sytuacja się powtarza albo dziecku dzieje się krzywda, działasz według procedury szkoły (sekcja o sytuacjach szczególnych).

Klasy 4-8: co jest inne...

W tym wieku pojawia się więcej przedmiotów, więcej nauczycieli i więcej ocen. Dziecko coraz więcej życia spędza w telefonie i coraz mniej opowiada w domu. Rodzic często dowiaduje się o problemie jako ostatni i czuje się zaskoczony, a przez to oszukany.

Typowe trudne sytuacje:

- pogorszenie ocen, zagrożenie oceną niedostateczną na koniec roku,
- przemoc rówieśnicza: dziecko jest ofiarą, sprawcą albo jednym i drugim,
- cyberprzemoc: hejt, wyśmiewanie w grupach, rozesyłanie zdjęć,

- nieobecności i wagary,
- pierwsze kontakty z używkami: e-papierosy, alkohol,
- wyraźna zmiana nastroju: zamknięcie się w sobie, płacz, drażliwość, okaleczanie się.

Na co uważać w rozmowie:

- Rodzic może nie wiedzieć, co dzieje się w telefonie dziecka. Nie zawstydzaj go tym. Powiedz, co zauważasz jako nauczycielka/nauczyciel, i zaproponuj, jak może z dzieckiem porozmawiać.
- Przy problemach z kilku przedmiotów zbierz informacje od innych nauczycieli przed rozmową. Rodzic nie powinien wychodzić ze spotkania i dostawać tydzień później telefonu od np od pana od fizyki.
- Coraz częściej warto zaprosić na część rozmowy samego ucznia. Plan, który współtworzył, ma większą szansę zadziałać. - tu trzeba dobrze się zastanowić!!!

Zagrożenie oceną niedostateczną: im wcześniej, tym lepiej. Rozmowa w październiku daje czas na zmianę. Rozmowa w czerwcu daje tylko pretensje.

Chcę, żeby Pan wiedział teraz, a nie w czerwcu. Michał ma z matematyki trzy jedynki i dwie dwójki. Jeśli tak zostanie, grozi mu ustalenie oceny niedostatecznej na koniec roku. Widzę, że gubi się na równaniach. Mam dla niego dwie propozycje: zajęcia wyrównawcze we wtorki i poprawę sprawdzianu (w terminie jaki ma szkoła ustalony).

Przemoc rówieśnicza: rozmowa z rodzicem dziecka, które doświadcza przemocy. Rodzic jest przestraszony i wściekły. Chce wiedzieć, kto to zrobił i co spotka sprawcę.

Dziękuję, że Pani o tym powiedziała. Traktujemy to poważnie. Dziś rozmawiam z pedagogiem i z uczniami, których to dotyczy. Nie mogę mówić Pani o konsekwencjach dla innych dzieci, ale mogę powiedzieć, co zrobimy, żeby Zosia czuła się bezpiecznie: (konkret). Odezwę się do Pani w czwartek.

Przemoc rówieśnicza: rozmowa z rodzicem dziecka, które stosuje przemoc. To często trudniejsza rozmowa. Rodzic broni dziecka, szuka winy w ofierze („sama go prowokowała”) albo w szkole.

Chcę porozmawiać o tym, co Bartek robi Zosi. Od dwóch tygodni pisze o niej obraźliwe rzeczy na grupie klasowej. Mam zrzuty ekranu. Nie przyszedł tu, żeby Bartka ukarać, tylko żeby to się skończyło. Potrzebuję w tym Pana pomocy. Jak Pan myśli, co się dzieje z Bartkiem?

Nie licytuj się, kto zaczął. Opisz zachowanie, pokaż dowody, powiedz, co szkoła zrobi zgodnie z procedurą i zapytaj o perspektywę rodzica. Dzieci, które krzywdzą innych, same często potrzebują pomocy.

Nieobecności. Nauka w szkole podstawowej jest obowiązkowa. Gdy nieusprawiedliwione nieobecności narastają, porozmawiaj z rodzicem, zanim sprawa trafi dalej. Zapytaj, co stoi za unikaniem szkoły. Często jest to lęk, przemoc, trudności w nauce albo problem w domu, a nie zwykła niechęć.

Szkoły ponadpodstawowe: co jest inne...

Uczeń jest prawie dorosły albo już dorosły. Rodzic ma mniej wpływu i często to czuje. Część rodziców się wycofuje („on ma 17 lat, niech sam się martwi”), część próbuje kontrolować wszystko. Rozmowa częściej ma trzy strony: nauczyciel, rodzic i sam uczeń.

Typowe trudne sytuacje:

- frekwencja: wagary, spóźnienia, długie nieobecności,
- ryzyko nieklasyfikowania albo niezdania do następnej klasy,
- używki: alkohol, marihuana, inne substancje,
- kryzys psychiczny: depresja, lęk, samookaleczenia, myśli samobójcze,
- praca zarobkowa, która wypiera naukę,
- konflikty z nauczycielami, rezygnacja ze szkoły.

Na co uważać w rozmowie:

- Zaproś ucznia do rozmowy, chyba że jest powód, żeby tego nie robić. Rozmowa „o nim bez niego” często kończy się tym, że w domu dziecko słyszy przekręconą wersję i zamyka się jeszcze bardziej.
- Traktuj ucznia jak partnera w planie. „Co jesteś w stanie zrobić do końca miesiąca?” działa lepiej niż „musisz”.
- Nie obiecuj uczniowi tajemnicy, której nie możesz dotrzymać. **Jeśli chodzi o zagrożenie zdrowia lub życia, rodzic musi się dowiedzieć.**

Frekwencja i klasyfikacja. Jeśli nieobecności przekroczą połowę czasu przeznaczonego na zajęcia, uczeń może nie zostać sklasyfikowany. Rodzic powinien to wiedzieć wcześniej, z liczbami.

Do dziś Ania opuściła 46 procent lekcji chemii. Jeśli przekroczy połowę, może nie otrzymać klasyfikacji. Zostały cztery tygodnie. Chcę wiedzieć, co się dzieje, bo w pierwszej klasie Ania prawie nie opuszczała zajęć.

Uczeń pełnoletni. Rodzice pełnoletniego ucznia nie mają już automatycznego prawa do wszystkich informacji o nim. Sprawdź w statucie szkoły i z dyrektorem, co możesz przekazać bez zgody ucznia. Najprościej zapytać samego ucznia, czy zgadza się na rozmowę z rodzicem, i to zapisać. Wyjątek: **gdy chodzi o bezpośrednie zagrożenie życia lub zdrowia, działasz zgodnie z procedurą szkoły.**

Używki. Rodzic często reaguje wstydem albo zaprzeczeniem. Mów o zachowaniu i o skutkach dla nauki, nie o moralności.

W piątek Kamil przyszedł na lekcję pod wpływem alkoholu. Pani pedagog z nim rozmawiała i zgodnie z procedurą zadzwoniliśmy do Pana. Nie chcę robić z tego afery, ale nie chcę też tego zbagatelizować. Co Pan o tym wie?

Sytuacje szczególne

Są rozmowy, których nie prowadzi się w pojedynkę i według ogólnego schematu. Tu najważniejsza jest procedura szkoły, a nie talent rozmówcy.

Podejrzenie przemocy w rodzinie lub krzywdzenia dziecka

- Działasz według Standardów ochrony małoletnich obowiązujących w twojej szkole i według procedury „Niebieskie Karty”. Nauczyciel może ją wszcząć.
- Nie konfrontuj rodzica, którego podejrzewasz o krzywdzenie dziecka. Taka rozmowa może narazić dziecko na kolejną krzywdę.

- Nie obiecuj dziecku, że nikomu nie powiesz. Powiedz, że powiesz tylko tym dorosłym, którzy mogą pomóc.
- Od razu zapisz, co dziecko powiedziało, jego słowami, i przekaz sprawę pedagogowi i dyrekcji tego samego dnia.
- Rozmowę z drugim rodzicem albo z rodziną prowadzi pedagog lub zespół, nie wychowawca sam.

Kryzys psychiczny i ryzyko samobójcze

- Jeśli uczeń mówi o myślach samobójczych, okalecza się albo wygląda na to, że jest w bezpośrednim zagrożeniu, nie zostawiasz go samego. Wzywasz pedagoga lub psychologa i powiadamiasz dyrekcję.
- Rodzica informujesz od razu, tego samego dnia. Wyjątek: gdy to rodzic może być źródłem krzywdy. Wtedy decyzję podejmuje zespół według procedury.
- **Przy zagrożeniu życia dzwonisz na 112.**

Jak powiedzieć to rodzicowi:

Dzwonię, bo martwię się o Julię. Dziś powiedziała koleżance, że nie chce już żyć. Rozmawiała z nią pani psycholog i Julia jest teraz bezpieczna, jest z nami. Potrzebuję, żeby Pani przyjechała do szkoły. Powiem Pani, co wiemy i gdzie szukać pomocy jeszcze dziś.

Mów spokojnie, krótko, bez szczegółów przez telefon. Konkretnie kroki (lekarz, poradnia, telefon wsparcia) omawiacie na miejscu.

Trudne zdania rodziców i co odpowiedzieć

Rodzic mówi	Możesz odpowiedzieć	Na co uważać
„W domu on taki nie jest.”	„Możliwe. W szkole widzimy to i to. Zastanówmy się razem, co sprawia, że tu jest inaczej.”	Nie udowadniaj, że rodzic się myli.
„Pani się na niego uwzięła.”	„Rozumiem, że może to tak wyglądać. Opiszę konkretne sytuacje, a Pan mi powie, jak Pan je widzi.”	Pokaż fakty, nie broń się.
„Dlaczego dowiaduję się dopiero teraz?”	„Ma Pani rację, mogliśmy się odezwać wcześniej. Od dziś będę informować Panią co dwa tygodnie.”	Przyjmij uwagę. Nie tłumacz się.
„To wina tamtego dziecka.”	„O innych dzieciach rozmawiam z ich rodzicami. Skupmy się na tym, co możemy zrobić dla Kubę.”	Nie rozmawiaj o innych uczniach.
„Nie mam czasu na takie spotkanie.”	„Rozumiem. Znajdźmy termin, który Panu pasuje. Może być telefon wieczorem albo spotkanie przed pracą.”	Bądź elastyczny co do formy, nie co do tematu.
„Niech szkoła coś zrobi, od tego jesteście.”	„Zrobimy (konkret). Bez Pani pomocy w domu to jednak nie zadziała. Czego Pani potrzebuje, żeby to było możliwe?”	Pokaż, co robi szkoła, zanim poprosisz o coś rodzica.
„Nie zgadzam się na żadnego psychologa.”	„To Pani decyzja i ją szanuję. Powiem tylko, co widzę i dlaczego to proponuję. Możemy wrócić do tematu za miesiąc.”	Nie naciskaj. Zostaw drzwi otwarte.

Rodziec mówi	Możesz odpowiedzieć	Na co uważać
„Ja w jego wieku też tak miałem i wyrosłem.”	„Możliwe, że tak będzie. Teraz jednak Michałowi grozi (konkret), więc chcę, żebyśmy nie czekali.”	Wróć do faktów i terminu.
„Pójdę z tym do kuratorium.”	„Ma Pan do tego prawo. Ja i tak chcę ustalić z Panem, jak pomóc Jankowi.”	Nie strasz w odpowiedzi.

Czego nie mówić i co powiedzieć zamiast

Zamiast	Powiedz
„Pani syn jest agresywny.”	„Pani syn uderzył kolegę trzy razy w tym tygodniu.”
„Ona jest leniwa.”	„Ola od miesiąca nie oddała żadnej pracy domowej z polskiego.”
„Musi Pan coś z tym zrobić.”	„Co możemy zrobić razem?”
„Ja już nie mam na niego siły.”	„Potrzebuję Pana pomocy, bo sama nie dam rady.”
„Chyba ma ADHD.”	„Widzę, że trudno mu usiedzieć i skupić się dłużej niż kilka minut. Warto to skonsultować w poradni.”
„Inne dzieci tak nie robią.”	„W tej sytuacji Kasia potrzebuje więcej wsparcia.”
„Proszę się uspokoić.”	„Widzę, że to Panią poruszyło. Mamy czas.”
„Zawsze”, „nigdy”, „ciągle”	Konkretna liczba i data: „trzy razy od poniedziałku”.
„Zostanie między nami.” (gdy chodzi o bezpieczeństwo)	„Muszę to przekazać pedagogowi. Tak działa procedura i tak chronimy dziecko.”
„Nie mogę nic powiedzieć.” (bo nie wiesz)	„Nie wiem. Sprawdzę i odpowiem do piątku.”

Checklista dla nauczyciela

Przed rozmową

- ☐ Zapisalem w jednym zdaniu cel rozmowy.
- ☐ Mam konkretne fakty: daty, sytuacje, oceny, liczbe nieobecności.
- ☐ Zebrałem informacje od innych nauczycieli, jeśli problem dotyczy kilku przedmiotów.
- ☐ Wiem, co w tej sprawie mówi statut i procedury szkoły.
- ☐ Zdecydowałem, kto jeszcze będzie przy rozmowie, i uprzedziłem o tym rodzica.
- ☐ Zaprosiłem rodzica wiadomością, która mówi, o co chodzi, bez straszenia.
- ☐ Mam osobną salę i co najmniej 30 minut.
- ☐ Mam jedną prawdziwą, dobrą rzecz do powiedzenia o dziecku.

- ☐ Mam dwie, trzy propozycje tego, co może zrobić szkoła.
- ☐ Wiem, jak się czuję przed tą rozmową.

W trakcie rozmowy

- ☐ Podziękowałem za przyjście i powiedziałem, ile mamy czasu i po co się spotykamy.
- ☐ Zacząłem od czegoś dobrego o dziecku.
- ☐ Opisałem zachowania i fakty, bez etykiet.
- ☐ Zapytałem, jak rodzic to widzi, i wysłuchałem bez przerywania.
- ☐ Nie rozmawiałem o innych uczniach.
- ☐ Ustaliliśmy plan: kto, co, do kiedy.
- ☐ Zapytałem, czego rodzic potrzebuje od szkoły.
- ☐ Podsumowałem ustalenia i umówiliśmy się na kolejny kontakt.

Po rozmowie (tego samego dnia)

- ☐ Zapisałem notatkę ze spotkania.
- ☐ Wysłałem rodzicowi krótkie podsumowanie ustaleń w e-dzienniku.
- ☐ Przekazałem informacje pedagogowi lub dyrekcji, jeśli sprawa tego wymaga.
- ☐ Wpisałem do kalendarza termin kolejnego kontaktu.
- ☐ Zrobiłem to, co sam obiecałem zrobić.

Wzór notatki ze spotkania

Dane	Treść
Data i godzina	
Uczeń, klasa	
Obecni	
Powód spotkania	
Najważniejsze informacje od rodzica	
Ustalenia: co robi szkoła i do kiedy	
Ustalenia: co robi rodzic i do kiedy	
Ustalenia: co robi uczeń i do kiedy	
Termin kolejnego kontaktu	
Podpis	

“Ściągawka dla nauczyciela”

Rozmowa w sześciu krokach

- 1. Otwarcie.** „Dziękuję, że Pani przyszła. Mamy pół godziny. Chcę porozmawiać o...”
 - 2. Coś dobrego.** Jedna prawdziwa, konkretna rzecz o dziecku.
 - 3. Fakty.** Co się stało, kiedy, ile razy. Bez etykiet.
 - 4. Wysłuchanie.** „Jak Pani to widzi?” I milczenie.
 - 5. Plan.** Kto, co, do kiedy. Najwyżej trzy punkty. „Czego Pani potrzebuje od szkoły?”
 - 6. Zamknięcie.** Podsumowanie i termin kolejnego kontaktu. Notatka i wiadomość w e-dzienniku tego samego dnia.
- Gdy rodzic się złości:** mów wolniej i ciszej, nazwij emocję, nie broń się. Gdy krzyczy: przerwa albo nowy termin z pedagogiem.
- Nigdy:** etykiety („agresywny”, „leniwy”), diagnozy („chyba ma ADHD”), rozmowa o innych uczniach, obietnica tajemnicy, gdy chodzi o bezpieczeństwo.
- Sytuacje szczególne:** przemoc w rodzinie i kryzys psychiczny zawsze z pedagogiem i według procedury szkoły. Przy zagrożeniu życia: 112.

Telefony wsparcia (bezpłatne):

Numer	Dla kogo
112	Zagrożenie życia lub zdrowia tu i teraz
116 111	Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży, 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
116 123	Telefon zaufania dla dorosłych w kryzysie emocjonalnym
800 70 22 22	Centrum Wsparcia dla dorosłych w kryzysie psychicznym, całodobowo

Godziny działania linii czasem się zmieniają. Prosimy sprawdzić przed wykorzystaniem