

Załącznik nr 2 do Zarządzenia Nr 01/2024
Kierownika Stowarzyszenia MONAR Poradni Profilaktyki,
Leczenia i Terapii Uzależnień w Krakowie z dnia: 14 sierpnia 2024 r.

STANDARY OCHRONY MAŁOLETNIICH
w Stowarzyszeniu MONAR
Poradni Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień w Krakowie
(w wersji skróconej przeznaczonej dla małoletnich)

DO PACJENTÓW NIEPEŁNOLETNICH

Drogi pacjencie.

Stowarzyszenie MONAR Poradnia Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień w Krakowie pragnie tworzyć warunki do skutecznej pomocy medycznej, a także pomocy w sytuacjach dla Ciebie trudnych, w sytuacjach w których możesz doznawać krzywdzenia bądź przemocy wobec siebie, a także w sytuacjach kiedy jesteś świadkiem takich zachowań.

Pamiętaj, że:

- masz prawo do ochrony przed przemocą fizyczną, psychiczną i zaniedbaniem;
- masz prawo do ochrony przed przemocą, co oznacza, że bicie i poniżanie, krzywdzenie psychiczne, znęcanie się, okrutne i poniżające traktowanie Ciebie są niedopuszczalne i karalne;
- nikt nie ma prawa Cię bić, prześladować, czy wykorzystywać w celach seksualnych;
- masz prawo do ochrony przed wszystkimi formami wykorzystywania seksualnego;
- nikt nie ma prawa Cię dotykać w sposób, którego sobie nie życzysz i nakłaniać lub zmuszać Cię do kontaktów seksualnych;
- nikt nie ma prawa angażować Cię w produkcję narkotyków i handel nimi, ani zmuszać czy namawiać do ich zażywania;
- masz prawo do życia bez wyzyskiwania i wykorzystywania, nikt nie może siłą zmuszać Cię do zrobienia czegokolwiek, a zwłaszcza czegoś złego;
- nikt nie może Cię zmuszać do pracy ponad Twoje siły, ani wykorzystywać zarobkowo w inny sposób;
- masz prawo do życia bez przemocy i poniżania, nikt nie może Cię bić, ani znęcać się nad Tobą w inny sposób;
- masz prawo do szukania wszelkiej pomocy zawsze, gdy jesteś krzywdzony.

Dla zapewnienia Twojego bezpieczeństwa w naszej poradni wypracowano bardzo ważny dokument – „Standardy ochrony małoletnich”. Jest on wyrazem troski o Twoją ochronę w sytuacjach, w których czujesz się skrzywdzony. Troskę tę rozumiemy jako szczególną dbałość o Twoją godność oraz o Twoje dobro fizyczne i psychiczne.

Do opracowania Standardów ochrony małoletnich poradnia została zobowiązana przez państwo. Uznano bowiem za pilną potrzebę wprowadzenie systemowego rozwiązania ochrony małoletnich (osób do 18 roku życia) przed przemocą fizyczną, seksualną, psychiczną, edukacyjną, materialną i cyberprzemocą. W naszej poradni obowiązują "Standardy Ochrony Małoletnich" w wersji zupełnej oraz w wersji skróconej przeznaczonych właśnie dla Ciebie.

Jeżeli w domu, w szkole, albo w naszej poradni spotkało Cię coś, czego nie akceptujesz, co Cię niepokoi, martwi, smuci, albo jeśli ktoś Cię skrzywdził lub zachował się względem Ciebie w sposób nieodpowiedni, albo w sposób, którego nie akceptujesz, śmiało możesz nam o tym powiedzieć i poprosić o pomoc każdego z pracowników poradni, zwłaszcza swojego **terapeuty prowadzącego**. Postaramy się rozwiązać ten problem w taki sposób, abyś był bezpieczny.

Przemoc może przybierać różne formy. Wśród nich znajdują się:

- 1) Przemoc fizyczna
 - To przemoc, w wyniku której doznajesz faktycznej fizycznej krzywdy lub jesteś nią zagrożony, nie musi być ona powtarzalna, wystarczy że zdarzy się raz.
 - Pamiętaj, że nikt nie może Cię **bić, szarpać, popychać, rzucać w Ciebie przedmiotami, kopać, potrząsać lub rzucać Tobą, drapać, szczypać, gryźć, ciągnąć za włosy lub uszy, zmuszać do przebywania w niewygodnej pozycji, przypalać, oparzać lub zmuszać do zjedzenia lub połknięcia czegoś, itp.**
- 2) Przemoc emocjonalna
 - To szkodliwa relacja pomiędzy dzieckiem, a opiekunem, taka jak: **niedostępność emocjonalna, ignorowanie Twoich potrzeb emocjonalnych, relacja oparta na wrogości, obwinianie, oczernianie, odrzucanie, upokarzanie, straszenie, przypisywanie Tobie negatywnych cech, nieodpowiednie rozwojowo lub niekonsekwentne interakcje z Tobą, niedostrzeganie lub nieuznawanie Twojej indywidualności i granic psychicznych pomiędzy Tobą, a Twoim rodzicem lub opiekunem**. To także nieodpowiednie wychowywanie, demoralizowanie, a także sytuacja, gdy jesteś świadkiem przemocy.
- 3) Przemoc seksualna
 - Wszelkie czynności seksualne lub inne intymne kontakty, na które nie masz zgody, a także wszystkie czynności seksualne podejmowane z dzieckiem poniżej 15 roku życia.
 - Pamiętaj, że nikt nie może Cię **włączać w aktywność seksualną, której nie jesteś w stanie w pełni zrozumieć i udzielić na nią świadomej zgody, nikt nie może włączać Cię w czynności na które nie jesteś dojrzały rozwojowo, i nie możesz zgodzić się w ważny prawnie sposób lub na takie, które są niezgodne z naszymi normami obyczajowymi. Nikt nie może podejmować z Tobą czynności seksualnych i intymnych kontaktów, jeżeli nie masz ukończonych 15 lat. Żadna osoba, która się Tobą opiekuje, wychowuje Cię lub ma nad Tobą władzę nie może podejmować z Tobą czynności seksualnych, ani intymnych kontaktów.**
 - Pamiętaj, że nikt nie może się przed Tobą **obnażać ukazując Ci intymne części ciała (ekshibicjonizm), czynić Ci słownych uwag i komplementów natury seksualnej, prezentować Ci lub zachęcać Cię do kontaktu z treściami pornograficznymi, uwodzić w Internecie w celu nawiązania kontaktu (grooming), całować i przytulać Cię bez Twojej zgody.**
- 4) Zaniedbanie
 - To sytuacja, gdy Twoje podstawowe potrzeby są niezaspokajane, a Twoje prawa nie są respektowane przez Twoich rodziców, opiekunów, lub inne osoby zobowiązane do opieki nad Tobą, wychowania i ochrony.
 - Pamiętaj, że nikt nie może **ignorować Twoich potrzeb zdrowotnych, zaniedbywać Twojej edukacji, rozwoju emocjonalnego, nie zapewniać Ci schronienia, bezpiecznych warunków życia, czy dostępu do pożywienia.**

Zawsze możesz zapytać terapeuty lub lekarza, czy to czego doświadczasz jest przemocą. Jeśli doznajesz krzywdy powiedz o tym naszemu pracownikowi. Jeśli jesteś świadkiem przemocy lub krzywdzenia w naszej placówce, natychmiast powiedz o tym dorostemu, który jest najbliżej Ciebie lub temu, któremu ufasz.

ZAWSZE MOŻESZ LICZYĆ NA PRACOWNIKÓW PORADNI.

1. Dbamy o bezpieczeństwo naszych pacjentów podczas pobytu w poradni.
2. Zasady bezpiecznych relacji personelu z pacjentami obowiązują wszystkich pracowników medycznych, stażystów i pracowników administracji.
3. Nasz personel jest odpowiednio przeszkolony, tak aby nieść profesjonalną pomoc w sytuacji krzywdzenia.
4. Osobami szczególnie odpowiedzialnymi za ochronę małoletnich w naszej placówce są **Grzegorz Wodowski, kierownik placówki** oraz **Małgorzata Pawłowska, psycholog**.

Jesteś dla nas ważny, dlatego pamiętaj, że:

1. Możesz nam powiedzieć, jak powinniśmy się do Ciebie zwracać.
2. Masz prawo wiedzieć, jak nazywa się osoba, która Cię leczy i czym się zajmuje. Jeśli sama zapomni się przedstawić, możesz ją o to zapytać.
3. Jeśli czegoś nie rozumiesz lub nie wiesz, na czym polega Twoje leczenie, w jaki sposób przebiegać ma diagnostyka lub terapia, a chcesz się tego dowiedzieć — pytaj śmiało! Postaramy się to wyjaśnić.
4. Będziemy Cię traktować z szacunkiem. Nie będziemy Ci mówić, że leczenie i terapia są łatwe i przyjemne, jeśli mogą wymagać od Ciebie wysiłku, pracy i wiązać się z przeżywaniem przykrych emocji.
5. Chcemy, żebyś zawsze czuł, że Twoje zdrowie, potrzeby i uczucia są dla nas ważne. Jeśli chciałbyś powiedzieć nam o tym, co Ci się podoba lub nie podoba w naszym zachowaniu, w poradni — zrób to, postaramy się wysłuchać Cię z uwagą.
6. Będziemy starali się diagnozować Cię delikatnie o wszystkim Cię informując i dać Ci czas na oswojenie się z sytuacją. Czasem może to jednak nie być możliwe, jeśli będziemy musieli udzielić tej pomocy szybko lub pomimo Twoich obaw z uwagi na Twoje zdrowie i życie.
7. Jeżeli potrzebujesz przytulenia lub pocieszenia, możesz nas o to poprosić. Nie zawsze będziemy mogli dać Ci tyle czasu, ile potrzebujesz, ale będziemy się starać. Nie będziemy Cię przytulać bez Twojej zgody.
8. Będziemy starali się pytać Ciebie o zdanie w sprawach, w których możemy dać Ci wybór.
9. Będziemy przestrzegać Twojego prawa do tajemnicy, to znaczy, że zachowujemy w tajemnicy to, o czym z nami rozmawiasz. Wyjątek od tej zasady stanowią wszystkie informacje dotyczące diagnozy, a także te, które zagrażają Twojemu życiu i zdrowiu – w takiej sytuacji jesteśmy zobowiązani zareagować i powiadomić Twoich opiekunów, a także podjąć działania, które mają chronić Ciebie, Twoje zdrowie, i życie.
10. Nasz personel medyczny działa profesjonalnie, dlatego wiele spraw dotyczących Twojego zdrowia może być omawianych na zebraniach klinicznych oraz superwizjach, na których obecni są specjaliści z różnych dziedzin, zwłaszcza Ci, przez których byłeś badany. Omawiają oni Twoje sprawy istotne z medycznego i terapeutycznego punktu widzenia po to, aby móc Ci lepiej pomóc. Wszyscy specjaliści zobowiązani są do zachowania tajemnicy zawodowej pod odpowiedzialnością karną.
11. Twoja mama, tata lub Twój opiekun może być z Tobą w poradni i zostać w gabinecie, jeśli tego potrzebujesz.

Jeżeli wydarzyło się coś, co Cię niepokoi, ktoś Cię skrzywdził lub przekroczył Twoje granice, możesz o tym powiedzieć pracownikowi medycznemu (terapię prowadzącemu, psychologowi, lekarzowi) i poprosić o pomoc. Postaramy się rozwiązać ten problem w taki sposób, abyś był bezpieczny.

WAŻNE TELEFONY

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży:

116 111

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży czynny jest całą dobę przez cały tydzień.

Więcej informacji możesz uzyskać wchodząc na stronę www.116111.pl

Całodobowa infolinia dla dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli:

800 080 222

Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji:

22 594 91 00

Rzecznik Praw Dziecka

800 12 12 12

Pomoc Psychologiczna:

22 425 98 48

Telefonując pod wskazane numery możesz porozmawiać o wszystkim, o przyjaźni, miłości, dojrzwaniu, kontaktach z rodzicami, rodzeństwem, problemach w szkole czy emocjach, których doświadczasz. Możesz uzyskać pomoc w sytuacji, kiedy czujesz się dyskryminowany, kiedy doświadczasz przemocy lub jesteś jej świadkiem.