

Traktuj mnie z szacunkiem i troską o moje uczucia.

Jesteś dla mnie
ważna.



Okazywanie szacunku to traktowanie innych w sposób uprzejmy, życzliwy oraz z poszanowaniem ich praw.

Słuchaj mnie z uwagą i pozwalaj mi mówić.

**Jestem tu dla
Ciebie.**



Kontakt i potrzeba bycia widzianymi są naszą
siłą napędową.

Nie wolno mnie zawstydzać, upokarzać i obrażać.

**Dlaczego Pani
mnie nie lubi?**



Przemoc emocjonalna nie zostawia siniaków,
ale jest równie okrutna. Zatrzymaj się i pomyśl,
zanim powiesz coś co mnie zrani.

Nie wolno na nas krzyczeć.

Przestańcie
krzyczeć!!!



Krzyk i ciągłe zastraszanie sprawi, że wyrośniemy
na dorosłych z zaburzonym poczuciem
bezpieczeństwa.

Doceniaj nas, bo tak bardzo się staramy.

Widzę, że
robicie postępy.
:)



Przyłapuj nas na tym co umiemy, a nie na tym czego nie umiemy. Dodawaj nam skrzydeł.

Mam prawo czuć się bezpiecznie.

Dziękuję,
że mi o tym
mówisz.



Muszę mieć pewność, że mogę do Ciebie przyjść
z każdym problemem, nie obawiając się, że
będę postrzegana jako "skarżypyta".

Ja też mam swoje granice.

An illustration of two children standing on a large, dark puddle. On the left, a taller child with long brown hair, wearing an orange hooded jacket and grey pants, stands with their back to the viewer. On the right, a smaller girl with long brown hair, wearing a grey long-sleeved shirt and a blue skirt, stands facing the viewer with a sad expression. A yellow speech bubble with a drop shadow is positioned between them, containing the text 'Mogę Cię przytulić?'. The puddle they are standing on has several small red spots scattered around, and their reflections are visible in the water.

Mogę Cię przytulić?

Asertywność jest czymś pozytywnym. Pytanie o zgodę uświadomi mi, że mam prawo do wyznaczania granic swojego ciała.

**Mów zwięźle i na temat.
Gubię się w nadmiarze słów.**

Słucham??



**Zwracaj się do mnie językiem dopasowanym do
mojego wieku, zgodnie z zasadami
etyki zawodu nauczyciela.**

Mam swoje mocne i słabe
strony i to jest w porządku.



Porównywanie nie motywuje, a sprawia, że tylko
czuję się gorzej. Co czujesz, gdy ktoś Ciebie do
kogoś porównuje?

**Nie wolno mnie bić, szturchać
ani popychać.**



Nikt nie ma prawa bić drugiego człowieka.
Naruszenie nietykalności cielesnej dziecka to
przestępstwo.

Zadbaj o swoją higienę psychiczną.



**Czuję radość.
:)**

Zadbaj o siebie i swoje potrzeby. Aby móc udzielać pomocy innym, samemu nie można być w złym stanie.

Traktuj nas wszystkich równo. Nie faworyzuj.



Jego zawsze
Pani wybiera!

Faworyzowanie prowadzi do wielu negatywnych konsekwencji, zarówno dla uczniów, którzy są faworyzowani, jak i dla tych, którzy są pomijani.