EI EXPERT
Emotional Resources

MATERIAŁ DLA NAUCZYCIELI
I KADRY SZKOLNEJ

Zanim zgłosisz

Co można zauważyć u ucznia w kryzysie, jak z nim rozmawiać, żeby nie pogorszyć sytuacji, i jak zbudować w szkole drogę, którą informacja dotrze do właściwych osób.



Zauważyć · Zrozumieć · Zareagować · Zbudować system

Przewodnik oparty na badaniach, z gotowymi zdaniami do rozmowy, mapą decyzji, wzorem notatki, listą kontrolną dla dyrekcji i ściągawką do pokoju nauczycielskiego.

Opracowanie: dr Marta Szewczyk, dr Rafał Szewczyk · EI Expert · Neurostimulus Sp. z o.o. · Lublin

Wersja 2.3 · listopad 2026 · materiał bezpłatny

ZANIM ZACZNIESZ

Dla kogo jest ten materiał i od czego zacząć

Po atakach w polskich szkołach w październiku 2026 roku uruchomiono procedury, patrole, szkolenia dyrektorów i kanały zgłaszania niebezpiecznych treści. To potrzebne. Ale każda procedura zaczyna się od człowieka, który coś zauważył i uznał, że to jednak nie błahostka. Ten materiał dotyczy właśnie tego momentu.

Nie musisz czytać wszystkiego po kolei. Wybierz rolę, która jest najbliżej Ciebie.



WYCHOWAWCA · NAUCZYCIEL PRZEDMIOTU

„Czy ja nie przesadzam? I co mam zrobić teraz, między lekcjami?"

Masz kilka minut, dwadzieścia kilka osób w klasie i poczucie, że coś jest nie tak. Potrzebujesz szybkiej odpowiedzi, co zrobić, komu powiedzieć i jakich słów użyć w rozmowie.

W skrócie s. 3 · Mapa decyzji s. 4 · Mów / unikaj s. 14 · Szkolenie s. 22 · Ściągawka s. 18



PEDAGOG · PSYCHOLOG SZKOLNY

„Jak przyjąć zgłoszenie, uporządkować informacje i przekonać radę, że to nie jest miękki temat?"

To do Ciebie trafiają fragmenty. Potrzebujesz struktury rozmowy, wzoru dokumentowania, argumentów z badań i sposobu rozmowy z rodzicami.

Zmowa milczenia s. 9 · Przyjęcie zgłoszenia s. 10 · Wzór notatki s. 8 · Rozmowa z rodzicami s. 15 · Źródła s. 20



DYREKTOR · ZESPÓŁ KIEROWNICZY

„Czy nasza szkoła jest gotowa? Kto u nas za co odpowiada i co powiem rodzicom?"

Odpowiadasz za system, nie za pojedynczą rozmowę. Potrzebujesz listy kontrolnej, jasnego podziału ról i rzetelnych odpowiedzi na najczęstsze przekonania.

Lista kontrolna s. 16 · Program dla szkoły s. 21 · Mapa decyzji s. 4 · Siedem przekonań s. 17 · Telefony s. 19

Czym ten materiał nie jest

Nie jest narzędziem diagnostycznym i nie pozwala wskazać ucznia, który „może coś zrobić". Takie narzędzie nie istnieje, a próby jego tworzenia krzywdzą dzieci ciche, wycofane i te z trudnościami. Nie zastępuje pomocy psychologicznej ani procedur bezpieczeństwa — prowadzi do nich.

Na czym się opieramy

Na badaniach ataków dokonanych i udaremnionych, badaniach gotowości uczniów do zgłaszania i badaniach związku emocji z agresją. Każde twierdzenie ma źródło (s. 20). To niezależne opracowanie EI Expert, niezwiązane z kampaniami ogólnopolskimi.

JEŚLI MASZ TYLKO PIĘĆ MINUT

Całość w pięciu zdaniach

Wszystko, co dalej, rozwija te pięć punktów. Jeśli zapamiętasz tylko tę stronę — to już dużo.

Szukaj zmiany, nie „typu ucznia”

Nie ma profilu sprawcy. Liczy się to, że znany Ci uczeń zaczął się zachowywać inaczej niż dotąd — i że sygnały się nakładają oraz nasilają.

Zapisz fakty, tego samego dnia

Data, miejsce, dosłowne słowa, kto był obok. Sygnały najczęściej giną nie dlatego, że nikt ich nie widział, tylko dlatego, że nikt ich nie zapisał.

Przekaż dalej — nawet jeśli wydaje się drobne

Do pedagoga lub psychologa i do dyrekcji. Nie oceniasz sam, czy to poważne. Fragmenty układają się w obraz dopiero u kogoś, kto widzi je razem.

Rozmawiaj bez świadków i bez zawstydzania

Opisz, co widzisz, nie oceniaj osoby. Przyjmij złość, nie zgadzając się na zachowanie. Nie obiecuj tajemnicy, której nie dotrzymasz.

Powiedz uczniom, komu mogą powiedzieć

O zamiarach najczęściej wiedzą rówieśnicy. Uczniowie mówią częściej, gdy wiedzą, do kogo iść, co się stanie po zgłoszeniu i że mogą to zrobić anonimowo.

Bezpośrednie zagrożenie? Nie pisz maila.
Konkretny plan, narzędzie, wskazany dzień lub miejsce — albo coś dzieje się teraz.

112

MAPA DECYZJI

Coś zauważyłeś. Co teraz?

Trzy poziomy, trzy różne tempa. Jeśli nie wiesz, który poziom wybrać — wybierz wyższy i przekaż dalej. Ocena powagi sytuacji należy do zespołu, nie do jednej osoby.

POZIOM 1

Coś mi nie pasuje

w ciągu kilku dni

NA PRZYKŁAD

- uczeń wyraźnie się wycofał, siada sam, przestał się odzywać
- pojedyncza ostra wypowiedź, bez wątku przemocy wobec konkretnych osób
- pogorszenie relacji z grupą, konflikt, który się przeciąga

CO ROBISZ

- zapisujesz obserwację (wzór na s. 8)
- rozmawiasz z uczniem w cztery oczy (s. 13–14)
- informujesz wychowawcę lub pedagoga
- obserwujesz, czy coś się powtarza lub narasta

POZIOM 2

Kilka sygnałów naraz albo przeciek

tego samego dnia

NA PRZYKŁAD

- zapowiedź „zrobię coś", żart o ataku, pożegnanie bez powodu
- fascynacja sprawcami ataków połączona z gniewem na konkretne osoby
- inni uczniowie mówią Ci, że kolega coś zapowiadał

CO ROBISZ

- przekazujesz pedagogowi lub psychologowi i dyrekcji — osobiście albo telefonicznie, nie tylko mailem
- dołączasz notatkę z dosłownymi słowami
- nie konfrontujesz ucznia sam z zarzutami
- dalsze kroki (rozmowa, rodzice, wsparcie, w razie potrzeby policja) ustala zespół

POZIOM 3

Bezpośrednie zagrożenie

natychmiast

NA PRZYKŁAD

- konkretny plan: dzień, miejsce, osoby
- uczeń ma przy sobie narzędzie lub o nim mówi
- coś dzieje się w tej chwili

CO ROBISZ

- **dzwonisz pod 112**
- działasz według procedury bezpieczeństwa szkoły
- powiadamiasz dyrekcję
- niczego nie odkładasz „do wyjaśnienia"

Niepokojące treści w internecie

Groźby, materiały gloryfikujące przemoc, radykalizacja: zgłoś do **Dyżurnet.pl** (NASK) — anonimowo — i równolegle przekaż informację w szkole. Zrób zrzut ekranu z datą, zanim treść zniknie.

Gdy zagrożony jest sam uczeń

Wypowiedzi o odebraniu sobie życia traktuj jak sytuację pilną: nie zostawiaj ucznia samego, od razu zaangażuj pedagoga lub psychologa i dyrekcję. Przy bezpośrednim zagrożeniu życia — 112.

PUNKT WYJŚCIA

Trzy rzeczy, które warto wiedzieć, zanim zaczniesz szukać sygnałów

1 **Nie ma profilu sprawcy. Są sygnały.**

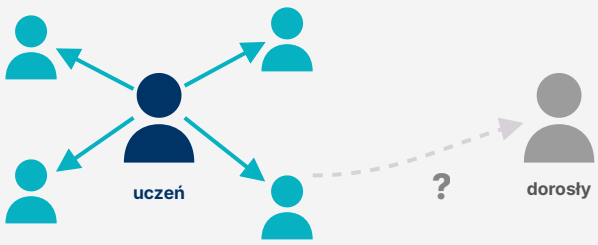
Analizy ataków dokonanych i udaremnionych są pod tym względem zgodne: cechy osobowe sprawcy niewiele mówią, natomiast zachowania na drodze do ataku mówią dużo. Nie szukamy więc „typu ucznia", tylko zmian w zachowaniu konkretnego, znanego nam człowieka.

Źródła: Winch i in., 2024; Abel i in., 2021; Meloy i in., 2012; NTAC, 2019

2 **O zamiarach najczęściej wiedzą rówieśnicy, nie dorośli.**

Ujawnianie zamiaru przed atakiem — tak zwany przeciek — jest częste, a trafia prawie zawsze do kolegów, nie do nauczycieli. Przeciek pojawia się częściej w przypadkach, w których atak udało się udaremnić. Informacja zwykle więc istnieje. Pytanie brzmi, czy ma jak dotrzeć do dorosłego.

Źródła: Winch i in., 2024; Abel i in., 2021



Informacja zwykle krąży wśród rówieśników.

Najważniejszym „czujnikiem" w szkole nie jest kamera, tylko gotowość ucznia, żeby powiedzieć dorosłemu. O tym, od czego ona zależy — s. 9.

3 **Sygnały rzadko giną dlatego, że nikt ich nie widział.**

Niemiecka analiza przypadków ciężkiej przemocy w szkołach pokazała, że sygnały przepadały na trzy sposoby: były bagatelizowane, nie były nigdzie zapisywane i nie były przekazywane dalej. Autorzy nazwali to utratą pamięci instytucjonalnej. Podobnie w amerykańskim badaniu 41 ataków: tylko w 17% szkół istniał system, przez który kadra mogła się dowiedzieć o niepokojących zachowaniach ucznia.

Źródła: Ahlig i in., 2025; NTAC, 2019

✓ **To działa — i mamy na to polski przykład**

W październiku 2026 roku w jednym z mazowieckich miast nie doszło do ataku, bo uczniowie powiedzieli nauczycielce, że kolega zapowiada, że „zrobi coś złego w szkole", a nauczycielka to zgłosiła. Sprawą zajęły się odpowiednie służby. Cała różnica między tym zdarzeniem a dwoma innymi z tego samego tygodnia polega na tym, że ktoś powiedział i ktoś potraktował to poważnie.

CZĘŚĆ 1 · ZAUWAŻYĆ

Sześć rodzin zachowań ostrzegawczych

Typologia z badań nad przemocą celowaną (Meloy i in., 2012). Żadne z tych zachowań samo w sobie nie oznacza zagrożenia — liczy się nagromadzenie, nasilanie się i zmiana w stosunku do tego, jaki ten uczeń był wcześniej.

Przygotowania

Interesuje się zdobyciem narzędzia lub materiałów, wypytuje o rozkład budynku, plan dnia, miejsca bez monitoringu, sprawdza, jak reaguje szkoła.

Obsesyjne skupienie

Uporczywie wraca do jednej osoby, grupy albo krzywdy — w rozmowach, wypracowaniach, rysunkach. Rozmowa schodzi na ten temat niezależnie od punktu wyjścia.

Identyfikacja ze sprawcami

Fascynuje się wcześniejszymi atakami, zna szczegóły, usprawiedliwia sprawców, traktuje ich jak bohaterów, naśladuje ich wygląd lub język.

Nowa agresja

Agresja, której u tego ucznia wcześniej nie było. Nie „trudny uczeń od zawsze", tylko ktoś, kto zaczął się zachowywać inaczej niż dotąd.

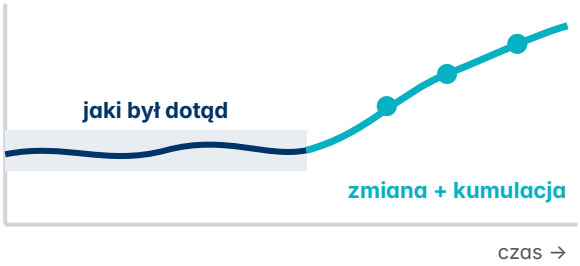
Przeciek

Zapowiedź wprost lub pośrednio: żart o tym, co zrobi, „niedługo i tak mnie tu nie będzie", wpis, rysunek, wiadomość w zamkniętej grupie, pożegnanie bez powodu.

Przemoc jako jedyne wyjście

Wypowiedzi, z których wynika, że inne drogi są zamknięte: nic się nie da zrobić, nikt nie pomoże, zostało tylko jedno.

Zmiana, nie osobowość



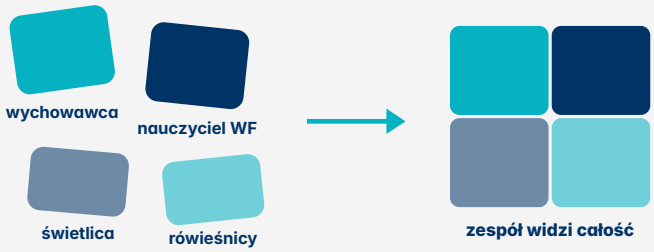
Punktem odniesienia jest **ten konkretny uczeń kilka tygodni temu**, a nie wyobrażenie „niebezpiecznego ucznia". Znaczenie ma kierunek zmiany i to, że sygnały się nakładają.

Dlatego tak ważna jest wymiana informacji: wychowawca, nauczyciel WF, świetlica i pedagog widzą różne fragmenty tego samego obrazu.

Czego nie traktujemy jak sygnału

Bycia cichym, wycofanym, dziwnym, samotnym, innym, mającym trudności w nauce, w spektrum autyzmu, w kryzysie psychicznym, ubierającym się na czarno, słuchającym ciężkiej muzyki. To cechy ogromnej liczby uczniów, którzy nigdy nikogo nie skrzywdzą — a taka lista odbiera im szansę na normalne traktowanie w szkole. Uczeń w kryzysie psychicznym potrzebuje przede wszystkim pomocy, a nie podejrzeń.

Gdy już coś zauważysz: zapisz, przekaż, nie decyduj sam



Pamięć instytucjonalna to po prostu notatka, która przetrwa dłużej niż rozmowa na korytarzu.

1 Zapisz — tego samego dnia

Data, miejsce, co dokładnie się stało, kto widział, dosłowne słowa w cudzysłowie. Fakty, nie interpretacje: „powiedział do kolegi: ‚jeszcze zobaczycie w piątek'" zamiast „był agresywny". Wzór notatki znajdziesz na następnej stronie.

2 Przekaż — nawet jeśli wydaje się drobne

Do wychowawcy, pedagoga lub psychologa i do dyrekcji, zgodnie z procedurą Twojej szkoły. Jedna obserwacja rzadko coś znaczy. Trzy obserwacje trzech różnych osób mogą znaczyć bardzo dużo.

3 Nie decyduj sam

Ocena powagi sytuacji to zadanie zespołu, nie jednego nauczyciela. Jedna osoba zawsze ma za mało danych i za dużo odpowiedzialności. W szkołach, które stosują ustrukturyzowaną, zespołową ocenę zagrożeń, uczniowie zgłaszają mniej agresji, dyscyplina jest oceniana jako sprawiedliwsza, a nauczyciele czują się bezpieczniej.

Źródła: Nekvasil i Cornell, 2015

Treści z internetu

Groźby, materiały gloryfikujące przemoc, radykalizacja: **Dyżurnet.pl**, krajowy punkt zgłoszeń prowadzony przez NASK. Zgłoszenie jest anonimowe, a zespół ma ścieżki kontaktu z platformami oraz, w poważnych przypadkach, z policją i prokuraturą.

Bezpośrednie zagrożenie

Nie zgłaszaj mailem i nie czekaj na zebranie zespołu. Numer alarmowy **112**, potem dyrekcja.

NARZĘDZIE · DO SKOPIOWANIA

Notatka z obserwacji

Wypełnij w dniu zdarzenia. Pisz tak, żeby osoba, która nie zna ucznia, zrozumiała, co się wydarzyło. Przechowuj zgodnie z procedurą szkoły — nie w prywatnym telefonie.

DATA I GODZINA

MIEJSCE

UCZEŃ / UCZNIOWIE

CO DOKŁADNIE WIDZIAŁEM/AM LUB SŁYSZAŁEM/AM
Dosłowne słowa w cudzysłowie. Opis zachowania, bez ocen i diagnoz.

KTO BYŁ OBECNY · KTO JESZCZE WIE

CZY TO NOWE ZACHOWANIE? OD KIEDY?

CO ZROBIŁEM/AM
Rozmowa z uczniem? Z kim jeszcze? Co ustalono?

KOMU PRZEKAZAŁEM/AM · KIEDY · W JAKIEJ FORMIE

IMIĘ, NAZWISKO, PODPIS

✓ TAK ZAPISUJ	× TEGO UNIKAJ
„Na przerwie po 3. lekcji uczeń powiedział do dwóch kolegów: ‚jeszcze zobaczycie, co zrobię w piątek'. Słyszałam to sama, stałam dwa metry dalej."	„Dziś był niebezpieczny i coś knuje."
„Od około trzech tygodni siada sam w ostatniej ławce. Wcześniej siedział z K. i aktywnie odpowiadał."	„Typowy samotnik, pewnie ma depresję."

CZĘŚĆ 1 · ZAUWAŻYĆ

Dlaczego uczniowie nie mówią — i co to zmienia

Skoro informacja o zamiarach najczęściej krąży wśród rówieśników, to gotowość uczniów, żeby powiedzieć dorosłemu, jest w szkole kluczowa. Ta gotowość jest niska, a badania dość dokładnie mówią, od czego zależy.



Mniej więcej co czwarty.

Tylu licealistów, którym ktoś groził, powiedziało o tym dorosłemu (Nekvasil i Cornell, 2012). Nawet w atakach udaremnionych wielu uczniów, którzy wiedzieli o groźbie, nie powiedziało nikomu (Madfis, 2014).

CO WIEMY	ŹRÓDŁO
Starsi uczniowie rzadziej niż młodsi deklarują, że powiedzieliby nauczycielowi o niebezpiecznym planie kolegi. Uczniowie, którzy dobrze oceniali swoją szkołę, deklarowali reakcję częściej — a różnicę wyjaśniała obawa przed negatywnymi skutkami zwierzenia się nauczycielowi.	Syvertsen i in., 2009
Uczniowie chętniej zgłaszają problemy tam, gdzie mają realny wpływ na sprawy szkoły, a zasady są egzekwowane konsekwentnie.	Slocum i in., 2017
Istnienie anonimowego kanału zgłoszeń zwiększa gotowość do zgłaszania — niezależnie od tego, jaki jest klimat szkoły.	Wylie i in., 2010
Uczniowie często nie znają nawet podstawowych miejsc pomocy: w badaniu FDDS tylko co piąty nastolatek potrafił samodzielnie wymienić jakikolwiek telefon zaufania.	FDDS, badanie znajomości telefonów zaufania

Cztery wnioski do zastosowania od zaraz

1. Powiedz uczniom wprost, komu i jak mogą powiedzieć

Większość tego nie wie. „Możecie przyjść do mnie albo do pedagoga, także anonimowo, także jeśli nie jesteście pewni" — to zdanie trzeba wypowiedzieć na głos, najlepiej w każdej klasie.

2. Uprzedź, co się stanie po zgłoszeniu

Uczeń milczy głównie dlatego, że nie wie, czy nie zrobi koledze krzywdy i czy sam nie będzie miał kłopotów. Jeśli wie, że zgłoszenie uruchamia rozmowę i pomoc, a nie automatycznie karę — mówi częściej.

3. Daj kanał anonimowy

Skrzynka, formularz, adres mailowy obsługiwany przez pedagoga — i osoba, która sprawdza go codziennie. To jedna z niewielu rzeczy, które działają niezależnie od reszty.

4. Chroń zgłaszającego

Jeśli po zgłoszeniu uczeń zostaje „tym, który doniósł", kolejnego zgłoszenia już nie będzie — ani od niego, ani od innych. Jak przyjąć zgłoszenie, żeby tak się nie stało — następna strona.

GDY UCZEŃ PRZYCHODZI Z INFORMACJĄ O KOLEDZE

Jak przyjąć zgłoszenie, żeby uczeń przyszedł też następnym razem

To, jak zareagujesz w pierwszej minucie, uczeń zapamięta — i opowie innym. Od tej rozmowy zależy, czy następna informacja w ogóle do kogoś dotrze.

1. **Podziękuj, zanim zaczniesz pytać**
   „Dobrze, że mi to mówisz. To było ważne." Uczeń właśnie przełamał silną normę grupową. Pierwsza reakcja dorosłego mówi mu, czy było warto.

2. **Słuchaj, nie przesłuchuj**
   Pytania otwarte i spokojne: co dokładnie słyszałeś lub widziałeś, kiedy, gdzie, kto jeszcze o tym wie. Zapisz dosłowne słowa. Nie dopytuj o szczegóły, których uczeń nie zna — nie musi być śledczym.

3. **Nie oceniaj przy nim, czy to „na serio"**
   „Pewnie żartował" albo „przesadzasz" uczą, że nie warto było mówić. Ocena należy do zespołu, który zobaczy także inne fragmenty.

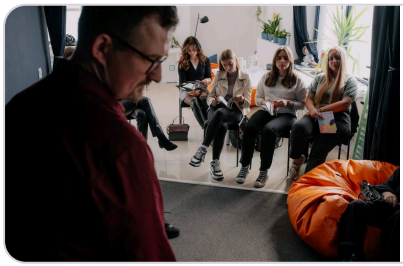
4. **Powiedz uczciwie, co będzie dalej**
   „Przekażę to pedagogowi i dyrekcji, bo tak robimy przy każdej takiej informacji. Twoje imię nie musi paść w rozmowie z kolegą." Nie obiecuj, że nikomu nie powiesz.

5. **Chroń jego tożsamość**
   Nie konfrontuj go z kolegą, nie wzywaj przy klasie, nie podawaj jego imienia osobom, które nie muszą go znać. Ustal z nim, jak się z nim skontaktujesz, jeśli będzie trzeba.

6. **Wróć do niego po kilku dniach**
   Bez szczegółów, ale z informacją: „Zajęliśmy się tym. Gdyby coś się działo, przyjdź znowu." Uczeń, który nie usłyszy nic, uzna, że zgłoszenie przepadło.

Skąd te zasady? Z badań nad zmową milczenia (obawa przed skutkami zgłoszenia, wpływ uczniów na sprawy szkoły) oraz z zaleceń modeli oceny zagrożeń w szkołach, które podkreślają potrzebę jednego, znanego wszystkim miejsca zgłoszeń, możliwości zgłaszania anonimowego i ochrony osób zgłaszających.

Źródła: Syvertsen i in., 2009; Slocum i in., 2017; NTAC, 2018



Z NASZYCH WARSZTATÓW

Na warsztacie dla rady pedagogicznej ćwiczymy dokładnie takie rozmowy — w parach, na sytuacjach z Waszej szkoły, a nie na gotowych scenkach. Szczegóły na s. 21.

CZĘŚĆ 2 · ZROZUMIEĆ

Co często stoi pod spodem: krzywda, wstyd, gniew

Gniew nastolatka bywa pierwszą rzeczą, którą widać — i prawie nigdy nie jest pierwszą rzeczą, która się wydarzyła.



Mechanizm, nie profil — opisuje drogę, a nie przepowiada, kto nią pójdzie. Turkusowe punkty pokazują, w którym miejscu dorosły może ją przerwać.

Pod gniewem bardzo często leży poczucie krzywdy i sfrustrowana potrzeba bycia kimś wartościowym, przykryte wstydem. Wstyd mówi „jestem zły", a nie „zrobiłem coś złego", więc nie wskazuje żadnego wyjścia. Młody człowiek bez dojrzałych zdolności emocjonalnych często nie potrafi go przepracować — i wstyd przechodzi w gniew skierowany na zewnątrz.

Badania to potwierdzają. Zawstydzające zdarzenia wywołują u młodych nastolatków gniew — zjawisko opisane jako „upokorzona furia" — najsilniej u chłopców o wysokim poziomie narcyzmu. Skłonność do wstydu wiąże się z gniewem, podejrzliwością, urazą i obwinianiem innych, a prowadzi do agresji głównie pośrednio: przez przerzucanie winy i wrogość wobec otoczenia. W amerykańskim badaniu 41 ataków na szkoły wszyscy sprawcy doświadczali wcześniej stresu w relacjach z rówieśnikami.

Źródła: Thomaes i in., 2011; Tangney i in., 1992, 1996; Stuewig i in., 2010; NTAC, 2019

ⓘ **Wniosek praktyczny:** reakcje zawstydzające — publiczne upokorzenie, etykietowanie, ośmieszanie przy klasie — mogą ryzyko zwiększać. Reakcje, które oddzielają zachowanie od osoby, mogą je zmniejszać. To nie jest kwestia łagodności, tylko kierunku, w którym popycha się ucznia.

Wstyd i poczucie winy to nie to samo

WSTYD

„Jestem beznadziejny."

Dotyczy całej osoby. Wiąże się z destrukcyjnymi reakcjami na złość: obwinianiem innych, wrogością, odwetem.

Wywołują go: ośmieszenie przy grupie, etykiety („zawsze taki jesteś"), porównywanie.

POCZUCIE WINY

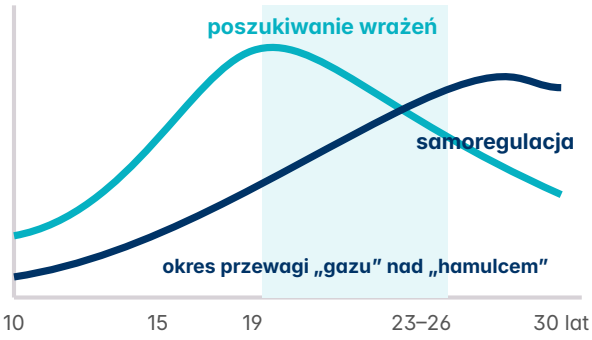
„Zrobiłem źle."

Dotyczy czynu. Wiąże się z reakcjami konstruktywnymi: chęcią naprawienia, rozmową z osobą, na którą jest się złym, zmianą spojrzenia na sytuację.

Wspierają je: rozmowa w cztery oczy, opis zachowania, pytanie „jak to naprawić?".

Źródła: Tangney i in., 1996; Stuewig i in., 2010

Dlaczego to szczególnie dotyczy nastolatków — i chłopców



Schemat poglądowy na podstawie badania ponad 5 tys. osób z 11 krajów (Steinberg i in., 2017). Kształt krzywych uproszczony.

Zdolność do samoregulacji dojrzewa znacznie dłużej, niż się zwykle zakłada: osiąga plateau dopiero między 23. a 26. rokiem życia, podczas gdy poszukiwanie wrażeń ma szczyt około 19 lat. Przez kilka lat skłonność do ryzyka jest więc już wysoka, a hamulce jeszcze nie dojrzały.

W badaniu ponad pięciu tysięcy nastolatków testem zdolności emocjonalnych ogólny poziom inteligencji emocjonalnej rósł z wiekiem tylko u dziewcząt. Zarządzanie emocjami — zdolność, która najsilniej wiąże się z niższą agresją — także rosło tylko u dziewcząt. U chłopców percepcja emocji w tym okresie wręcz spadała.

Źródła: Steinberg i in., 2017; Megías-Robles i in., 2024; García-Sancho i in., 2017

Wniosek dla dorosłego

W okresie, w którym młody człowiek najbardziej potrzebuje umieć regulować emocje, jeszcze tego nie umie — a u chłopców ta zdolność w tym czasie praktycznie nie przyrasta. Regulatorem zewnętrznym jest wtedy dorosły. Nie dlatego, że ma być miły, tylko dlatego, że chwilowo pełni funkcję, której nastolatek sam jeszcze nie pełni.

CZĘŚĆ 3 · ZAREAGOWAĆ

Rozmowa, która nie zawstydza

Nie chodzi o scenariusz do odczytania, tylko o kilka decyzji, które podejmuje się w pierwszych sekundach — i które przesądzają, czy rozmowa w ogóle się odbędzie.

1. Najpierw zajmij się własnym napięciem

Po tym, co wydarzyło się jesienią 2026 roku, nauczyciele rozmawiają z uczniami w stanie podwyższonego lęku. Lęk popycha do dwóch skrajności: paniki albo bagatelizowania. Zanim zaczniesz, nazwij sobie, co czujesz — to warunek, żeby usłyszeć, co uczeń naprawdę mówi.

2. Rozmawiaj bez świadków

Przy klasie uczeń broni twarzy, a nie mówi prawdę. Każde pytanie zadane publicznie zwiększa wstyd — czyli dokładnie to, co chcemy obniżyć. Wystarczy: „Zostań na chwilę po lekcji, chcę z tobą porozmawiać."

3. Opisz, nie oceniaj

„Zauważyłam, że od dwóch tygodni siadasz sam i nie odzywasz się na lekcjach" otwiera rozmowę. „Co się z tobą dzieje, zachowujesz się dziwnie" ją zamyka. Pierwsze zdanie mówi o faktach, drugie o osobie.

4. Nie zaprzeczaj emocji, nawet gdy przeraża

„Nie masz prawa tak się czuć", „przesadzasz", „inni mają gorzej" kończą kontakt. Złość można przyjąć, nie zgadzając się na zachowanie: to, co uczeń czuje, jest faktem, a to, co z tym robi, podlega zasadom.

5. Oddziel zachowanie od osoby

„To, co zrobiłeś, było niedopuszczalne" — tak. „Jesteś agresywny", „zawsze taki byłeś" — nie. Pierwsze zostawia drogę wyjścia, drugie przykleja tożsamość, z której trudno się wycofać.

6. Nie obiecuj tajemnicy, której nie dotrzymasz

Uczciwie: „Jeśli usłyszę, że komuś grozi niebezpieczeństwo, będę musiała powiedzieć o tym osobom, które mogą pomóc. Powiem ci, komu i kiedy." Uczniowie wybaczają granice. Nie wybaczają złamanego słowa.

→ Zakończ konkretem

Rozmowa bez dalszego ciągu zostawia ucznia z poczuciem, że nic się nie zmieni. Umów się na kolejny kontakt („Wrócę do ciebie w czwartek po lekcjach"), powiedz, z kim jeszcze może porozmawiać, i zapisz, co ustaliliście.

Mów tak — i tego unikaj

Gotowe zdania do pierwszych minut rozmowy. Nie trzeba ich powtarzać słowo w słowo — ważny jest kierunek: fakty zamiast ocen, ciekawość zamiast oskarżenia, granice zamiast gróźb.

✓ MÓW	× UNIKAJ
„Zauważyłam, że od dwóch tygodni siedzisz sam. Co się dzieje?"	„Co się z tobą dzieje? Zachowujesz się dziwnie."
„Widzę, że jesteś bardzo zły. Opowiedz mi, co się stało."	„Uspokój się, nie masz powodu tak się złościć."
„To, co powiedziałeś na lekcji, mnie zaniepokoiło. Chcę zrozumieć, co miałeś na myśli."	„Takie żarty to przestępstwo, wiesz o tym?"
„To, co zrobiłeś, było nie w porządku. Zastanówmy się, jak to naprawić."	„Jesteś agresywny. Zawsze taki byłeś."
„Jeśli usłyszę, że komuś grozi niebezpieczeństwo, powiem o tym osobom, które mogą pomóc. Powiem ci, komu."	„Spokojnie, nikomu nie powiem."
Do ucznia, który zgłasza: „Dobrze, że mi to mówisz."	Do ucznia, który zgłasza: „Pewnie tylko żartował."
„Co by ci teraz pomogło? Wrócę do ciebie w czwartek."	„Dobra, idź już na lekcję." (bez ustalenia, co dalej)

Dwie rzeczy, które wydają się skuteczne, a nie są

× Zaostrzanie kar i „zero tolerancji"

Sztywne, surowe kary nie poprawiły bezpieczeństwa szkół. Tam, gdzie nauczyciele popierali taką politykę, zarówno uczniowie, jak i nauczyciele czuli się *mniej* bezpiecznie. Z mniejszą przemocą wobec nauczycieli wiązało się natomiast poczucie, że dyscyplina jest sprawiedliwa. Chodzi o jasne i konsekwentne zasady, nie o surowość.

Źródła: Skiba i Peterson, 2000; Huang i Cornell, 2021; Martinez i in., 2025

× Straszenie drastycznymi skutkami

Kampanie pokazujące młodym, co się dzieje, gdy nosi się nóż, nie zmieniają ich gotowości do noszenia noża. Strach nie jest dźwignią zmiany zachowania u nastolatków.

Źródła: Hobson i in., 2022

Rozmowa z rodzicami ucznia, o którego się niepokoicie

Rodzic, który słyszy „mamy problem z pana synem", zwykle zaczyna bronić dziecka. Rodzic, który słyszy „zależy nam na tym samym", częściej zaczyna współpracować — i mówi, co widzi w domu.

1. **Zacznij od wspólnego celu**

   „Spotykamy się, bo zależy nam na tym samym: żeby Kuba był bezpieczny i żeby dobrze mu w szkole szło." Rozmowę prowadzą najlepiej dwie osoby ze szkoły, np. wychowawca i pedagog — nie cała komisja.

2. **Mów o faktach z notatek, nie o diagnozach**

   Co, kiedy, w jakich słowach. Bez etykiet („agresywny", „niebezpieczny", „chyba ma zaburzenia"). Fakty trudniej odrzucić niż oceny.

3. **Zapytaj, co widzą w domu**

   Sen, wycofanie, czas w internecie, nowe znajomości, konflikty, zmiany w ostatnich tygodniach. Obraz z domu jest często brakującym fragmentem.

4. **Zapytaj o dostęp do niebezpiecznych przedmiotów**

   Spokojnie i wprost: czy w domu jest broń, czy dziecko ma dostęp do noży lub innych narzędzi — i poproś o ich zabezpieczenie. W amerykańskim badaniu ataków na szkoły sprawcy, którzy użyli broni palnej, najczęściej wzięli ją z domu rodziców lub krewnych, a niemal 4 na 10 ataków przeprowadzono nożem.

   Źródła: NTAC, 2019

5. **Ustal konkret**

   Kto co robi, do kiedy, kiedy następny kontakt. Co szkoła oferuje uczniowi (rozmowy z pedagogiem, wsparcie w klasie, skierowanie do poradni). Zapisz ustalenia.

Gdy rodzic bagatelizuje lub atakuje

Nie wchodź w spór o to, „jaki naprawdę jest" jego dziecko. Wróć do faktów i do wspólnego celu. Zaproponuj spotkanie z pedagogiem lub dyrekcją. O dalszych krokach decyduje zespół, nie wynik jednej trudnej rozmowy.

Kiedy nie zaczynać od rodziców

Gdy są podstawy, by sądzić, że krzywda dzieje się w domu. Wtedy postępuj według Standardów ochrony małoletnich obowiązujących w Twojej szkole i od razu zaangażuj pedagoga oraz dyrekcję.

CZĘŚĆ 4 · ZBUDOWAĆ SYSTEM

Czy nasza szkoła jest gotowa? Lista kontrolna

Dla dyrekcji i zespołu. Odpowiedzcie wspólnie, uczciwie. Każde puste pole to miejsce, w którym informacja może się zgubić.

KANAŁY

- [ ] Każdy uczeń usłyszał w tym roku szkolnym, komu i jak może powiedzieć o niepokojącej sytuacji — także anonimowo.
- [ ] Działa anonimowy kanał zgłoszeń i jest wyznaczona osoba, która sprawdza go codziennie.
- [ ] Każdy pracownik — także sekretariat, obsługa, świetlica, stołówka — wie, do kogo przekazuje niepokojące informacje.
- [ ] W każdej klasie wiszą numery 116 111 i 800 12 12 12, a uczniowie wiedzą, do czego służą.

PAMIĘĆ INSTYTUCJONALNA

- [ ] Jest jedno, bezpieczne miejsce, do którego trafiają notatki z obserwacji (zgodnie z RODO).
  Bez tego fragmenty zostają w głowach i w prywatnych telefonach.
- [ ] Informacje przechodzą przy zmianie wychowawcy, klasy lub szkoły.

ZESPÓŁ I DECYZJE

- [ ] Jest ustalony skład zespołu, który ocenia zgłoszenia: dyrektor, pedagog lub psycholog, wychowawca, w razie potrzeby policja.
- [ ] Zespół wie, w jakim czasie reaguje na zgłoszenie pilne, a w jakim na niepilne — i kto zastępuje nieobecnych.
- [ ] Ocena kończy się planem wsparcia ucznia, a nie wyłącznie karą.
  Ustrukturyzowana ocena zagrożeń wiąże się z mniejszą agresją i poczuciem sprawiedliwszej dyscypliny (Nekvasil i Cornell, 2015).
- [ ] Ta ścieżka jest spójna ze Standardami ochrony małoletnich, które szkoła ma obowiązek stosować od 15 sierpnia 2024 r.

LUDZIE

- [ ] Uczeń, który zgłosił sprawę, dostaje informację zwrotną, że się nią zajęto.
- [ ] Szczególną uwagę zwraca się na uczniów wracających po dłuższej nieobecności, zawieszeniu lub przerwie.
  W badaniu NTAC wiele ataków nastąpiło wkrótce po przerwie — w obecności ucznia w szkole albo w zajęciach (NTAC, 2019).
- [ ] Rada pedagogiczna przećwiczyła rozmowę z uczniem i ścieżkę zgłoszenia na konkretnych przypadkach, a nie tylko zapoznała się z procedurą.

Siedem przekonań, które warto prostować

Przydatne w rozmowie z rodzicami, organem prowadzącym i w pokoju nauczycielskim.

CZĘSTO SIĘ SŁYSZY	CO MÓWIĄ DANE
„Młodzież jest coraz bardziej agresywna."	Przestępczość nieletnich w Polsce spadła o ponad jedną trzecią w latach 2015–2022. Rośnie natomiast kryzys psychiczny młodych, a przemoc rówieśnicza pozostaje powszechna — dwie trzecie nastolatków doświadczyło przynajmniej jednej jej formy. To różne zjawiska i warto ich nie mieszać.
„Da się wytypować przyszłego sprawcę."	Nie da się. Profil nie działa. Działa zauważanie zachowań i przekazywanie informacji dalej.
„Dawniej uczniowie bardziej się bali i dlatego tego nie robili."	Badania nie wspierają tej tezy. Znaczenie ma nie strach, lecz jasność zasad, ich sprawiedliwe stosowanie i relacja z dorosłymi.
„Wystarczą bramki, ochrona i monitoring."	Doraźnie mogą pomóc, ale w dużym badaniu przypadków po ocenie zagrożenia obecność środków bezpieczeństwa nie wiązała się z mniejszą liczbą ataków (Kerere i in., 2026).
„To wina internetu i mediów społecznościowych."	Wpływ samych relacji medialnych jest niejednoznaczny. Realne są natomiast internetowe środowiska fascynacji sprawcami i motyw rozgłosu. Nie ma jednej przyczyny.
„To polski problem."	Polska wpisuje się w falę europejską z lat 2023–2026: podobne zdarzenia miały miejsce w Austrii, Francji, Niemczech, Serbii i Szwecji.
„Praca nad emocjami zapobiegnie atakom."	Nie. Programy rozwijające kompetencje emocjonalne działają — poprawiają zachowanie i klimat szkoły, najsilniej wtedy, gdy obejmują także dorosłych — ale efekty są umiarkowane. Nie zastępują procedur, oceny zagrożeń ani pomocy specjalistycznej (Shi i Cheung, 2024).

Dlaczego relacja z nauczycielem to nie jest miękki dodatek

Meta-analiza 18 badań na ponad 20 tysiącach uczniów wykazała umiarkowany związek między konfliktową relacją z nauczycielem a udziałem w przemocy rówieśniczej — po stronie sprawcy i ofiary. Najsilniejszy był wśród uczniów szkół podstawowych (Krause i Smith, 2022). Synteza 26 meta-analiz obejmujących 2,6 mln uczniów pokazuje, że dobra relacja z nauczycielem wiąże się z lepszymi wynikami w ośmiu obszarach — od zachowania i zaangażowania po samokontrolę i dobrostan — a związki te są *silniejsze* u starszych uczniów; bezpośredni związek z przemocą rówieśniczą był tam słaby (Emslander i in., 2025). Relacja nie zastąpi reagowania na przemoc, ale to od niej zależy, czy uczeń przyjdzie do dorosłego z tym, co wie.

DO WYDRUKU

Ściągawka do pokoju nauczycielskiego

EI EXPERT
Emotional Resources

Zauważ

Zmiana u znanego ucznia, nakładanie się sygnałów:

- przygotowania, wypytywanie o plan, narzędzia
- obsesyjne skupienie na osobie lub krzywdzie
- fascynacja sprawcami ataków
- agresja, której wcześniej nie było
- przeciek: zapowiedź, żart, pożegnanie
- „nie ma innego wyjścia”

To nie są sygnały: cichy, samotny, inny, w czerni, w kryzysie, w spektrum.

Zapisz i przekaż

- **Zapisz dziś:** data, miejsce, dosłowne słowa, kto był obok.
- **Przekaż:** pedagog lub psycholog + dyrekcja.
- **Nie oceniaj sam.** Ocenia zespół.

1 · Coś nie pasuje → zapisz, porozmawiaj, poinformuj w ciągu kilku dni

2 · Kilka sygnałów / przeciek → tego samego dnia, osobiście

3 · Bezpośrednie zagrożenie → 112, potem dyrekcja

Porozmawiaj

- Bez świadków.
- „Zauważyłam, że...” zamiast „co się z tobą dzieje”.
- Przyjmij złość, nie zgadzaj się na zachowanie.
- „To, co zrobiłeś” — nie „jaki jesteś”.
- Nie obiecuj tajemnicy. Powiedz, komu przekażesz.
- Zakończ konkretem: kiedy znowu porozmawiacie.

Gdy uczeń zgłasza coś o koledze

Podziękuj. Słuchaj, nie przesłuchuj. Nie mów „pewnie żartował”. Powiedz, co będzie dalej. Chroń jego imię. Wróć do niego po kilku dniach.

Gdy chodzi o myśli samobójcze ucznia

Nie zostawiaj go samego. Od razu pedagog lub psycholog i dyrekcja. Zagrożenie życia — 112.

112
bezpośrednie zagrożenie życia lub zdrowia

800 100 100
dla nauczycieli i rodziców w sprawie bezpieczeństwa dzieci (FDDS)

116 111
telefon zaufania dla dzieci i młodzieży, całodobowo

Dyżurnet.pl
niebezpieczne treści w internecie, anonimowo

Nie musisz wiedzieć, czy to poważne. Wystarczy, że przekażesz.

Więcej materiałów, szkolenia i program dla szkół: eiexpert.pl/dla-szkol-i-nauczycieli

GDZIE SZUKAĆ POMOCY

Telefony i miejsca wsparcia

Wszystkie numery są bezpłatne. Stan na listopad 2026 r. Godziny dyżurów mogą się zmieniać — sprawdź je na stronach operatorów.

Dla Ciebie — nauczyciela, pedagoga, dyrektora

112

Numer alarmowy. Bezpośrednie zagrożenie życia lub zdrowia.

800 100 100

Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę. Konsultacje psychologów, pedagogów i prawników. Godziny dyżurów: 800100100.pl.

800 70 2222

Centrum Wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego. Całodobowo. Także wtedy, gdy to, co dzieje się w szkole, odbija się na Tobie.

Dyżurnet.pl

Punkt zgłaszania nielegalnych i szkodliwych treści w internecie, prowadzony przez NASK. Anonimowo.

Dla uczniów — warto powiesić w każdej klasie

116 111

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę. Całodobowo, anonimowo. Także czat: 116111.pl.

800 12 12 12

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Całodobowo.

Zadbaj też o siebie

Lęk po tym, co wydarzyło się jesienią, jest normalną reakcją. Nie zostawaj z nim sam: porozmawiaj z pedagogiem, psychologiem lub kimś zaufanym w zespole. Spokojny dorosły to najlepsze, co możesz dać uczniowi — a spokoju nie da się zbudować w pojedynkę.

Co powiedzieć uczniom o tych numerach

Tylko co piąty nastolatek potrafi sam wymienić jakikolwiek telefon zaufania (FDDS). Wystarczy minuta na godzinie wychowawczej: „Jeśli kiedyś będzie wam bardzo ciężko albo dowiecie się o czymś, co was przestraszy, a nie będziecie chcieli iść z tym do nas — zadzwońcie pod 116 111 albo napiszcie na czacie. To anonimowe i działa całą dobę. Ale zawsze możecie też przyjść do mnie albo do pedagoga.”

BIBLIOGRAFIA

Źródła

Wszystkie twierdzenia w materiale opierają się na poniższych publikacjach. Tam, gdzie to możliwe, podajemy DOI.

Abel, M. N., Chermak, S., Freilich, J. D. (2021). Pre-attack warning behaviors of 20 adolescent school shooters. *Crime & Delinquency*, 68, 786–813.

Ahlig, N. i in. (2025). Perceived proximal warning behaviors in cases of severe targeted violence at German schools. *Journal of School Violence*, 25, 177–191.

Emslander, V. i in. (2025). Teacher–student relationships and student outcomes: a systematic second-order meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 151, 365–397. doi:10.1037/bul0000461

García-Sancho, E., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P. (2017). Ability emotional intelligence and its relation to aggression. *Scandinavian Journal of Psychology*, 58, 43–51.

Hobson, Z. i in. (2022). Fear appeals in anti-knife carrying campaigns. *Journal of Interpersonal Violence*.

Huang, F. L., Cornell, D. G. (2021). Teacher support for zero tolerance. *School Psychology Review*.

Kerere, J. i in. (2026). Violence following a threat assessment. *Law and Human Behavior*.

Krause, A., Smith, J. D. (2022). Peer aggression and conflictual teacher-student relationships: a meta-analysis. *School Mental Health*, 14, 306–327. doi:10.1007/s12310-021-09483-1

Madfis, E. (2014). Averting school rampage. *Youth Violence and Juvenile Justice*.

Martinez, A. i in. (2025). Getting tough on assaults. *Journal of School Violence*.

Megías-Robles, A. i in. (2024). The development of ability emotional intelligence during adolescence. *Personality and Individual Differences*.

Meloy, J. R. i in. (2012). The role of warning behaviors in threat assessment. *Behavioral Sciences & the Law*, 30, 256–279.

National Threat Assessment Center (2018). *Enhancing School Safety Using a Threat Assessment Model: An Operational Guide for Preventing Targeted School Violence*. U.S. Secret Service.

National Threat Assessment Center (2019). *Protecting America's Schools: A U.S. Secret Service Analysis of Targeted School Violence*. U.S. Secret Service.

Nekvasil, E. K., Cornell, D. G. (2012). Student reports of peer threats of violence: prevalence and outcomes. *Journal of School Violence*, 11, 357–375. doi:10.1080/15388220.2012.706764

Nekvasil, E. K., Cornell, D. G. (2015). Student threat assessment associated with safety in middle schools. *Journal of Threat Assessment and Management*, 2, 98–113. doi:10.1037/tam0000038

Shi, J.-P., Cheung, A. C. K. (2024). Effective components of social emotional learning programs. *Journal of Youth and Adolescence*, 53, 755–771.

Skiba, R. J., Peterson, R. (2000). School discipline at a crossroads. *Exceptional Children*.

Slocum, L. i in. (2017). The code of silence in schools. *Youth & Society*.

Steinberg, L. i in. (2017). Around the world, adolescence is a time of heightened sensation seeking and immature self-regulation. *Developmental Science*.

Stuewig, J. i in. (2010). Shaming, blaming, and maiming. *Journal of Research in Personality*.

Syvertsen, A. K. i in. (2009). Code of silence: students' perceptions of school climate and willingness to intervene. *Journal of Educational Psychology*.

Tangney, J. P. i in. (1992). Shamed into anger? *Journal of Personality and Social Psychology*.

Tangney, J. P. i in. (1996). Relation of shame and guilt to constructive versus destructive responses to anger. *Journal of Personality and Social Psychology*.

Thomaes, S. i in. (2011). Turning shame inside-out: „humiliated fury" in young adolescents. *Emotion*.

Winch, A. T. i in. (2024). An evaluation of completed and averted school shootings. *Frontiers in Public Health*, 11, 1305286. doi:10.3389/fpubh.2023.1305286

Wylie, L. E. i in. (2010). Assessing school and student predictors of weapons reporting. *Youth Violence and Juvenile Justice*.

Dane o przestępczości nieletnich: statystyki Policji za lata 2015–2022, za analizą serwisu Demagog. Dane o przemocy rówieśniczej: Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, *Diagnoza przemocy wobec dzieci w Polsce 2023*. Znajomość telefonów zaufania: FDDS, raport *Znajomość telefonów zaufania wśród młodzieży*. Standardy ochrony małoletnich: ustawa z 28 lipca 2023 r. o zmianie ustawy – Kodeks rodzinny i opiekuńczy oraz niektórych innych ustaw.

JAK MOŻEMY POMÓC WASZEJ SZKOLE

Szkoła, która widzi sygnały

Program, w którym ten materiał zamieniamy w działającą praktykę Waszej rady pedagogicznej.

PILOTAŻ W ROKU SZKOLNYM 2026/27



Przeczytanie przewodnika to pierwszy krok. Drugi to sytuacja, w której wszyscy dorośli w szkole zauważają te same sygnały, mówią podobnymi zdaniami i wiedzą, gdzie trafia informacja. Tego nie da się zrobić jedną lekturą — to trzeba przećwiczyć razem.

Jak wygląda rok szkolny z programem

NA START

1 · Warsztat dla rady pedagogicznej

4 godziny albo dwa spotkania po 3 godziny. Ćwiczymy na przykładach z Waszej pracy: jakie zachowania powinny zaniepokoić, co może stać za agresją ucznia, jak zachować spokój i jak rozmawiać bez zawstydzania. Na koniec rada układa szkolną listę sygnałów i zasady reagowania.

NA START

2 · Zespół i droga zgłoszenia

Z dyrekcją, pedagogiem lub psychologiem i wychowawcami ustalamy, kto przyjmuje zgłoszenie, gdzie je zapisuje i kto decyduje. Spójnie ze Standardami ochrony małoletnich i procedurami, które szkoła już ma.

PIERWSZE TYGODNIE

3 · Godziny wychowawcze

Scenariusze 2–3 lekcji o tym, komu i jak można powiedzieć o niepokojącym zachowaniu kolegi. Szkoła uruchamia anonimowy kanał zgłoszeń.

W CIĄGU ROKU

4 · Spotkania wychowawców

Co 4–6 tygodni wychowawcy omawiają z naszym trenerem prawdziwe sytuacje ze swoich klas. Od 3 do 5 spotkań po 90 minut, także online.

W CIĄGU ROKU

5 · Rodzice

Spotkanie albo krótki cykl webinarów: jak rozmawiać z nastolatkiem o złości i trudnych emocjach i kiedy przekazać szkole niepokojącą informację.

NA KONIEC ROKU

6 · Podsumowanie

Raport dla szkoły i organu prowadzącego: co się zmieniło, ile zgłoszeń trafiło do zespołu i co z nimi zrobiono.

→ **Można zacząć od samego warsztatu dla rady pedagogicznej:** 2400 zł netto online (do 35 osób), stacjonarnie +600 zł, dojazd poza Lublin doliczany osobno. Kolejne części programu dokładamy w trakcie roku. Dojeżdżamy do szkół w całej Polsce.

Co szkoła dostaje i jak sprawdzimy efekty

Na koniec szkoła ma w ręku

- szkolną listę sygnałów ostrzegawczych, ułożoną przez Waszą radę pedagogiczną,
- wzór formularza i opis drogi, jaką przechodzi zgłoszenie,
- scenariusze godzin wychowawczych,
- wzory komunikatów dla rodziców na wypadek trudnej sytuacji w szkole lub okolicy,
- raport na koniec roku dla szkoły i organu prowadzącego.

Patrzymy na efekty, nie na ankiety zadowolenia

Na początku i na końcu roku pytamy uczniów w anonimowej ankiecie, czy wiedzą, komu powiedzieć o niepokojącym zachowaniu kolegi, i czy by to zrobili. Sprawdzamy, ile zgłoszeń trafiło do zespołu i ile doprowadzono do decyzji. Patrzymy też, ile sytuacji przemocy rówieśniczej udało się rozwiązać rozmową, zanim się zaostrzyły.

Na początku zgłoszeń może przybyć. Zwykle to dobry znak: uczniowie zaczynają ufać dorosłym.

Nie typujemy uczniów

Nie wskazujemy „potencjalnych sprawców" i nie badamy uczniów testami. Nie zastępujemy procedur ani pomocy psychologicznej — przygotowujemy ludzi, którzy z nich korzystają.

Dla gmin, powiatów i fundacji

Program można prowadzić w kilku szkołach jednocześnie i porównać je ze szkołami, które jeszcze nie dołączyły. Pomagamy też przygotować ten komponent do wniosku grantowego.

Dla nauczyciela: szkolenia online z dofinansowaniem BUR do 80%

NOWOŚĆ

Zanim zgłosisz: uczeń w kryzysie

Wszystko z tego przewodnika — przećwiczone w parach na sytuacjach z Twojej szkoły. 8 h w dwa popołudnia, prowadzi dr Rafał Szewczyk.

971,70 zł · przy 80% dofinansowania ok. 195 zł
Terminy: 10–11.12.2026 · 28–29.01 · 22–23.04 · 9–10.09 · 18–19.11.2027

REFORMA26

Szkolny tydzień projektowy

Jak prowadzić zespół uczniów, żeby sami zrobili projekt: kontrakt, role, konflikt w połowie tygodnia, rozmowa bez zawstydzania. 8 h online.

971,70 zł · przy 80% dofinansowania ok. 195 zł
Terminy: 14–15.01 · 11–12.03 · 17–18.06 · 26–27.08.2027

Porozmawiajmy o Waszej szkole

Pierwsza rozmowa jest bezpłatna i do niczego nie zobowiązuje.
Podpowiemy, od czego zacząć, i pokażemy, z czego można to sfinansować.

+48 783 306 438 **kontakt@eiexpert.pl**

eiexpert.pl/projekty/szkola-ktora-widzi-sygnaly

zeskanuj

KIM JESTEŚMY

Autorzy materiału i programu



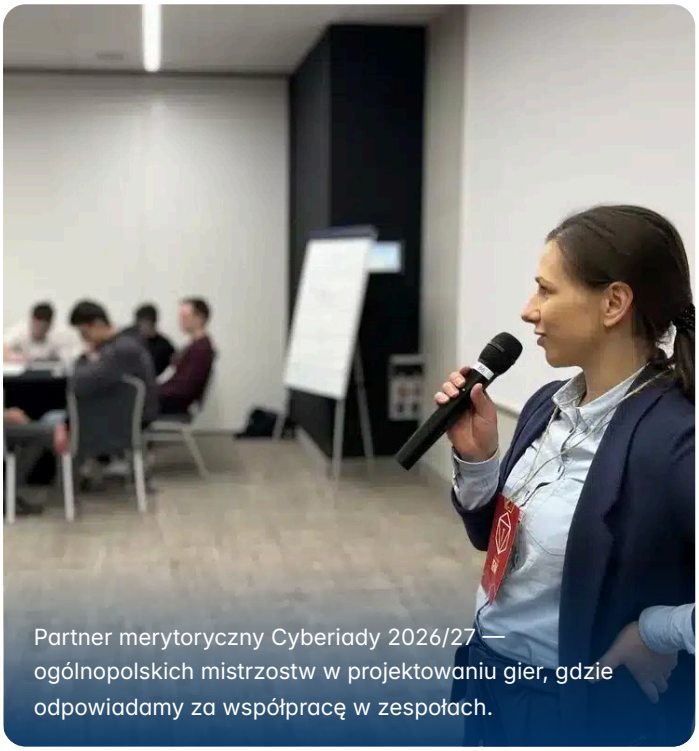
dr Marta Szewczyk

Psycholożka, doktor nauk społecznych (KUL), stypendystka Uniwersytetu w Lyonie i LMU w Monachium. Od 2013 roku szkoli specjalistów, organizacje i zespoły. Współautorka testu zdolności EQ-TIZE i systemu diagnozy oraz treningu inteligencji emocjonalnej.



dr Rafał Szewczyk

Psycholog i ekonomista, doktor nauk społecznych (UJ). Kierował projektami naukowymi finansowanymi przez MNiSW i Ministerstwo Zdrowia. Prowadzi szkolenia certyfikacyjne, warsztaty dla rad pedagogicznych i szkolenie dla opiekunów tygodnia projektowego.



Partner merytoryczny Cyberiady 2026/27 — ogólnopolskich mistrzostw w projektowaniu gier, gdzie odpowiadamy za współpracę w zespołach.

Akredytowana instytucja szkoleniowa

Znak jakości w Bazie Usług Rozwojowych. Nasze szkolenia można sfinansować z BUR, KFS i funduszy unijnych.

Certyfikat jakości TGLS Quality Alliance

Zaufali nam m.in. Bausch Health i InPost. Pracujemy z firmami, instytucjami, uczelniami i szkołami w całej Polsce.

Sami jesteśmy rodzicami, więc szkołę znamy też od strony domu.

O materiale

Przewodnik powstał na podstawie wewnętrznego przeglądu literatury naukowej, przygotowanego przez EI Expert po wydarzeniach z października 2026 roku. Nie jest częścią żadnej kampanii ogólnopolskiej.

Jak korzystać

Materiał jest bezpłatny. Można go kopiować, drukować i rozsyłać w całości, z podaniem źródła. Strony 8 (notatka) i 18 (ściągawka) można drukować osobno.

JEDNO ZDANIE, GDYBY MIAŁO ZOSTAĆ TYLKO JEDNO

Najskuteczniejszym systemem wczesnego ostrzegania w szkole jest dorosły, któremu uczniowie ufają na tyle, żeby powiedzieć mu coś, czego nie są pewni — i który potrafi z tym czymś zrobić coś więcej niż się przestraszyć.

EI EXPERT Emotional Resources

Neurostimulus sp. z o.o. · ul. Kręta 2/4, 20-341 Lublin · kontakt@eiexpert.pl · +48 783 306 438 · eiexpert.pl