

# Dzieciństwo mocy - bez przemocy

written by Artur Wejnerowski | 29 października 2024



Przemoc wobec dzieci to w Polsce poważny problem. Na szczęście coraz więcej osób zaczyna dostrzegać skalę i skutki tego zjawiska. Jako społeczeństwo stajemy się bardziej świadomi, staramy się być lepszymi rodzicami, uczymy się, jak wspólnie działać na rzecz dzieciństwa mocy - bez przemocy.

Przemoc wobec dziecka to każde działanie lub zaniechanie, które powoduje krzywdę, cierpienie, narusza godność, zdrowie fizyczne lub psychiczne dziecka oraz hamuje jego rozwój. Przemoc może przybierać różne formy:

- **Przemoc fizyczna:** Przemoc fizyczna może pozostawić widoczne ślady, takie jak siniaki, zdrapania, złamania, ale również niewidoczne rany psychiczne.
- **Przemoc psychiczna:** To wszelkie formy zachowań, które wpływają negatywnie na zdrowie emocjonalne dziecka.
- **Przemoc emocjonalna:** To ignorowanie, odrzucanie, niekochanie, odcinanie od emocjonalnego wsparcia. Może to również obejmować skrajne wymagania, obojętność na potrzeby dziecka, a także stosowanie groźby porzucenia.
- **Przemoc seksualna:** to nie tylko bezpośrednie kontakty fizyczne o charakterze seksualnym z dzieckiem, ale także narażenie dziecka na kontakt z treściami pornograficznymi, zmuszanie do wykonywania czynności o charakterze seksualnym, a także wykorzystywanie dziecka w celach pornograficznych.
- **Zaniedbanie:** To zaniechanie opieki nad dzieckiem i niezaspokojenie jego podstawowych potrzeb, takich jak jedzenie, ubranie, opieka zdrowotna, ochrona przed zagrożeniami, a także potrzeby emocjonalne i edukacyjne.
- **Przemoc rówieśnicza:** Obejmuje działania innych dzieci lub młodzieży, które są agresywne, zastraszające, poniżające lub szkodliwe wobec rówieśników. Może to być zarówno przemoc fizyczna, psychiczna, jak i emocjonalna, a także cyberprzemoc, czyli agresja realizowana za pomocą internetu i mediów społecznościowych.

**Przemoc wobec dziecka zabiera mu moc**, ponieważ niszczy jego poczucie własnej wartości, bezpieczeństwa i zaufania do świata. Dziecko, które doświadcza przemocy, traci wiarę we własne siły i zaczyna postrzegać siebie jako osobę niegodną miłości i szacunku.

**Rodzice** mają kluczową rolę w budowaniu dzieciństwa mocy poprzez codzienne działania i postawy, które wspierają rozwój dziecka i wzmacniają jego poczucie wartości. Oto, jak rodzice mogą dawać moc swoim dzieciom:

- **Zapewnienie bezpiecznego domu:** Rodzice tworzą dom, w którym dziecko czuje się chronione i bezpieczne. Dom bez przemocy, w którym dziecko wie, że może swobodnie wyrażać swoje uczucia i myśli, jest fundamentem dzieciństwa mocy.
- **Okazywanie miłości i akceptacji:** Bezwarunkowa miłość jest jednym z najważniejszych darów, jakie rodzic może dać swojemu dziecku. Akceptacja dziecka takim, jakie jest, bez warunków i oczekiwań, buduje jego poczucie wartości i pozwala mu rozwijać się w zdrowy sposób.
- **Wspieranie autonomii:** Rodzice dają dziecku przestrzeń do podejmowania własnych decyzji i uczenia się na własnych błędach. To uczy dziecko odpowiedzialności, samodzielności i wzmacnia jego poczucie sprawczości.
- **Pozytywne wychowanie:** Rodzice, którzy stosują metody wychowawcze oparte na szacunku, cierpliwości i zrozumieniu, uczą dziecko empatii, komunikacji i rozwiązywania konfliktów w sposób konstruktywny. Rezygnacja z kar fizycznych i psychicznych na rzecz pozytywnych metod dyscypliny wspiera zdrowy rozwój emocjonalny dziecka.
- **Wspieranie w nauce i rozwoju:** Rodzice angażują się w edukację dziecka, pomagając mu rozwijać talenty i umiejętności. Zachęcają do eksploracji świata, prób nowych rzeczy i stawiania czoła wyzwaniom. Wspierają dziecko w dążeniu do swoich celów i marzeń, jednocześnie ucząc je, jak radzić sobie z porażkami.
- **Budowanie zdrowych relacji:** Rodzice, którzy sami modelują zdrowe relacje oparte na szacunku i zaufaniu, uczą dziecko, jak budować takie relacje z innymi. Dziecko, które widzi, jak rodzice rozmawiają, rozwiązują konflikty i okazują sobie nawzajem wsparcie, uczy się, jak tworzyć wartościowe i trwałe relacje w swoim życiu.

Rodzice mają ogromny wpływ na to, kim stanie się ich dziecko. Poprzez mądre i świadome działania mogą dać mu moc do radzenia sobie z trudnościami i osiągnięcia sukcesów w życiu.

**Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej weź udział w webinarach przygotowanych przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę oraz Krajową Koalicję na rzecz Ochrony Dzieci.**

[Webinary i lekcje](#)