



**Magiczny  
Kraków**

## **Warsztat antyprzemocowe SZTAMA dla chłopaków**

2025-12-03

**W listopadzie i grudniu 2025 roku w Krakowie realizowany jest projekt „Warsztaty antyprzemocowe SZTAMA dla chłopaków”, przygotowany przez Fundację RównoMoc. To inicjatywa ukierunkowana na wzmacnianie kompetencji emocjonalnych, budowanie bezpiecznych relacji oraz rozwijanie postaw wolnych od przemocy wśród nastoletnich chłopaków. Projekt jest finansowany ze środków Miasta Krakowa.**

Warsztaty skierowane są do chłopaków w wieku 13–18 lat, a ich idea jest stworzenie przestrzeni, w której młodzi uczestnicy mogą przyjrzeć się wzorcom męskości, przeanalizować presję związaną ze stereotypami oraz zdobyć narzędzia do radzenia sobie w trudnych sytuacjach życiowych. Metoda SZTAMA, oparta na pracy w męskiej parze trenerskiej, wykorzystuje aktywne formy edukacyjne – ćwiczenia symulacyjne, elementy dramy, metafory, pracę w grupach i dyskusję. Celem jest doświadczenie relacji opartej na szacunku, empatii i współpracy.

### **Gdzie i kiedy odbędą się zajęcia?**

W grudniu 2025 roku zaplanowano dwa dwudniowe cykle warsztatowe:  
11–12 grudnia 2025 r. – Zespół Szkół Mechanicznych nr 2 w Krakowie  
17–18 grudnia 2025 r. – Szkoła Podstawowa nr 67 w Krakowie

Każdy warsztat obejmuje 16 godzin pracy z grupą chłopaków i wykorzystuje narzędzia rozwijające komunikację, asertywność, inteligencję emocjonalną oraz umiejętność radzenia sobie z konfliktami.

### **Dlaczego te warsztaty są potrzebne?**

Analizy pokazują, że przemoc rówieśnicza – zarówno fizyczna, jak i psychiczna – pozostaje poważnym wyzwaniem społecznym. Chłopcy częściej niż dziewczęta przyznają, że są sprawcami zachowań przemocowych, ale również doświadczają presji emocjonalnej i braku wsparcia w budowaniu bezpiecznych relacji.

### **Projekt ma pomóc młodym uczestnikom:**

- rozpoznawać i nazywać własne emocje,
- komunikować się w sposób asertywny i bez przemocy,
- budować oparte na zaufaniu relacje rówieśnicze,
- reagować na przemoc i wspierać osoby jej doświadczające,
- wzmacniać własne poczucie wartości i sprawczości.

Warsztaty mają również efekt „kaskadowy”: uczestnicy mogą stać się ambasadorami zmiany w swoich środowiskach – klasach, grupach rówieśniczych i domach.

Fundacja RównoMoc ma wieloletnią praktykę w pracy z młodzieżą i mężczyznami w obszarach przeciwdziałania przemocy, równości i budowania relacji. Zespół tworzą certyfikowani trenerzy



**Magiczny  
Kraków**

metody SZTAMA, pedagodzy i edukatorzy prowadzący liczne projekty w szkołach, instytucjach pomocowych oraz środowiskach wielokulturowych.

Dzięki zaangażowaniu Fundacji RównoMoc oraz współpracy krakowskich szkół, kilkudziesięciu młodych chłopców będzie mogło zdobyć kompetencje potrzebne do budowania relacji opartych na szacunku, empatii i odpowiedzialności. To ważny krok w kierunku przeciwdziałania przemocy i tworzenia bezpieczniejszych społeczności szkolnych.