

АГРЕСИЯ, НАСИЛИЕ И ТОРМОЗ - НАСИЛИЕ НАД ВРЪСТНИЦИ

ВСЕКИ ИМА ПРАВО НА УВАЖЕНИЕ И СИГУРНОСТ В УЧИЛИЩЕ!

НЕ НА НАСИЛИЕТО!

АГРЕСИЯ

Поведение, което може да нарани друг човек физически или емоционално. Може да бъде еднократна проява.

НАСИЛИЕ

Умишлено действие, при което се причинява болка, страх или страдание на друг човек.

ТОРМОЗ

Системно и повтарящо се насилие, при което един човек или група умишлено унижават, заплашват или изолират друг човек. Не всеки конфликт е тормоз, но когато действията се повтарят и целят да наранят или унижат някого, говорим за тормоз.

НАЙ-ЧЕСТО СРЕЩАНИТЕ ФОРМИ НА НАСИЛИЕ



ФИЗИЧЕСКО

Блъскане, удяне, ритане, повреждане или отнемане на вещи.



ПСИХИЧЕСКО

Заплахи, подигравки, изолиране, разпространяване на слухове.



ВЕРБАЛНО

Обиди, унижения, присмех и използване на дискриминационни думи.



КИБЕРНАСИЛИЕ

Обиди, заплахи, публикуване на снимки или видеа без съгласие, разпространяване на слухове и тормоз чрез интернет и социалните мрежи.



КАК ДА РАЗПОЗНАЕМ, ЧЕ НЯКОЙ Е ЖЕРТВА НА ТОРМОЗ?

Дете, което е жертва на насилие, може:



да стане по-затворено и тревожно



да започне да отсъства от училище



да избягва определени места или хора



да има необясними наранявания



да загуби увереност и желание за общуване



Затова е важно никой да не остава сам с проблема си.

КАКВИ СА ПОСЛЕДСТВИЯТА?

Тормозът може да доведе до:



страх и тревожност



ниско самочувствие



спад в успеха



социална изолация



дълготрайни емоционални проблеми



КАКВО А НАПРАВИШ?

АКО СИ ЖЕРТВА:

- ✓ не мълчи;
- ✓ сподели с родител, учител или училищен психолог;
- ✓ пази доказателства при кибертормоз (снимки, съобщения);
- ✓ потърси помощ възможно най-рано.



ГОВОРИ!
НЕ СИ САМ!



АКО СИ СВИДЕТЕЛ:

- ✓ не подкрепяй агресора с мълчание или смях;
- ✓ застани до човека, който е тормозен;
- ✓ информирай учител или друг доверен възрастен;
- ✓ насърчи пострадалия да потърси помощ.

ЗАЕДНО МОЖЕМ
ДА СПРЕМ НАСИЛИЕТО!



ЗАПОМНИ!

- ✓ Насилието никога не е оправдано.
- ✓ Никой не заслужава да бъде тормозен.
- ✓ Мълчанието помага на агресора, а не на жертвата.
- ✓ Всеки може да бъде част от решението, като подкрепи човек в нужда и потърси помощ от възрастен.

БЪДИ
ДОБЪР -
БЪДИ
ПРИЯТЕЛ!

ПОМОЩ МОЖЕШ ДА ПОЛУЧИШ ОТ:



своите
родители



КЛАСНИЯ
РЪКОВОДИТЕЛ



УЧИТЕЛ



УЧИЛИЩНИЯ
ПСИХОЛОГ

НАЦИОНАЛНА
ТЕЛЕФОННА ЛИНИЯ
ЗА ДЕЦА

116 111