

Potrzebujesz profesjonalnej pomocy
i wskazówek do działania?

**Skorzystaj anonimowo z pomocy
dzwoniąc pod numer:**

Młodzieżowy Telefon Zaufania

(22) 192 88

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

116 111

Telefon Zaufania

Komitetu Ochrony Praw Dziecka

(22) 626 94 19

Stop Przemocy

Telefon Zaufania Komendy Stołecznej Policji

0 800 120 148

Anonimowy Przyjaciół

– Internetowy Telefon Zaufania

<http://pomocitel.free.ngo.pl>

e-mail: pomocitel@free.ngo.pl

pomocitel@op.pl

telefon_zaufania@wp.pl



OFICYNĄ
PROFILAKTYCZNA

Oficyna Profilaktyczna
ul. Dworcowa 9a/19, 30-556 Kraków
tel: 12 39 50 665, fax: 12 39 50 664
www.oficyna-profilaktyczna.pl
mail: biuro@oficyna-profilaktyczna.pl

AGRESJA?! PRZEMOC?!

Doświadczasz przemocy
ze strony innych?

Jesteś świadkiem
brutalnych zachowań?

Powiedz NIE
i przerwij fałę przemocy
w Twojej szkole!

Z ŻYCIA SZKOŁY...

„Przemoc w szkole? To już chyba normalka. U nas w klasie jest grupa chłopaków i dziewczyn, którzy można powiedzieć rozdają karty. Jeśli ktoś im się przeciwstawi to ma pozamiatane. W zasadzie to trzeba być głupkiem, żeby się im przeciwstawiać. Kończy się to wyśmiewaniem, szarpaniem, popychaniem i robieniem z tej osoby pośmiewiska w całej szkole. Tak było z Elką czy Jankiem. Elka przeniosła się do innej szkoły, bo się zupełnie załamała psychicznie. Janek jest pośmiewiskiem do dziś. Nauczyciele? Czasem mam wrażenie, że wygodniej jest im udawać, że problem po prostu nie istnieje. Czy się boję? Tak! Staram się być dla nich niewidzialna, schodzić z drogi i nie prowokować. Nie zakładam nowych ciuchów, nie zabieram I-poda do szkoły, bo to mogłoby się dla mnie źle skończyć”.

Agnieszka 17 lat

Jesteś świadkiem przemocy w Twojej szkole?

Zdarza Ci się zauważać w szkole lub klasie jak inni uczniowie szarpia, biją, wyzywają lub znęcają się nad słabszymi? Nie bądź obojętny!

- ▶ Zapytaj innych, czy zauważyli agresywne zachowania Twoich rówieśników i co o tym sądzą.
- ▶ Postaraj się zmotywować kolegów i koleżanki do współpracy.
- ▶ Nie pozwólcie, by sprawcy byli większością.
- ▶ Wspólne działanie i rozmowa z nauczycielem to droga do waszego bezpieczeństwa!
- ▶ **Milczenie to przyzwolenie na agresję wobec innych, a w końcu i wobec Was samych!**

CO ROBIĆ,

kiedy doświadczasz przemocy ze strony innych?

- ▶ Pamiętaj: To nie Twoja wina! Niczym nie zawiniłeś/-aś, że sprawca przemocy upatrzył sobie właśnie Ciebie!
- ▶ Nikt nie ma prawa stosować wobec innych przemocy!
- ▶ Problem przemocy nie dotyczy tylko Ciebie! Wielu Twoich rówieśników choć raz doświadczyło aktów przemocy fizycznej, słownej lub psychicznej! Przemoc jest zła i należy ją powstrzymać!
- ▶ Nie trać wiary w siebie! Postaraj się nie przejmować tym, co mówią inni. Bądź pewny/-a siebie i nie daj po sobie poznać, że słowa sprawców Cię ranią. Nie daj im tej satysfakcji!
- ▶ Unikaj sytuacji sam na sam ze sprawcą lub grupą sprawców! Nie stój, kiedy zbliżają się do Ciebie. Nie przebywaj w miejscach odosobnionych.
- ▶ Porozmawiaj z kimś bliskim. Z koleżanką/kolegą, rodzicami. Opowiedz o tym, co czujesz, pozwól sobie pomóc!
- ▶ Kiedy doświadczasz brutalnych zachowań ze strony innych, nie zostawiaj tego! Udaj się po pomoc do dorosłych, którym ufasz! Powiadom rodziców, nauczycieli, pedagoga szkolnego. Chroń siebie i innych!
- ▶ Pamiętaj milcząc krzywdzisz siebie i dajesz przyzwolenie na brutalne zachowania sprawców! Nie bądź bierny, działaj!