



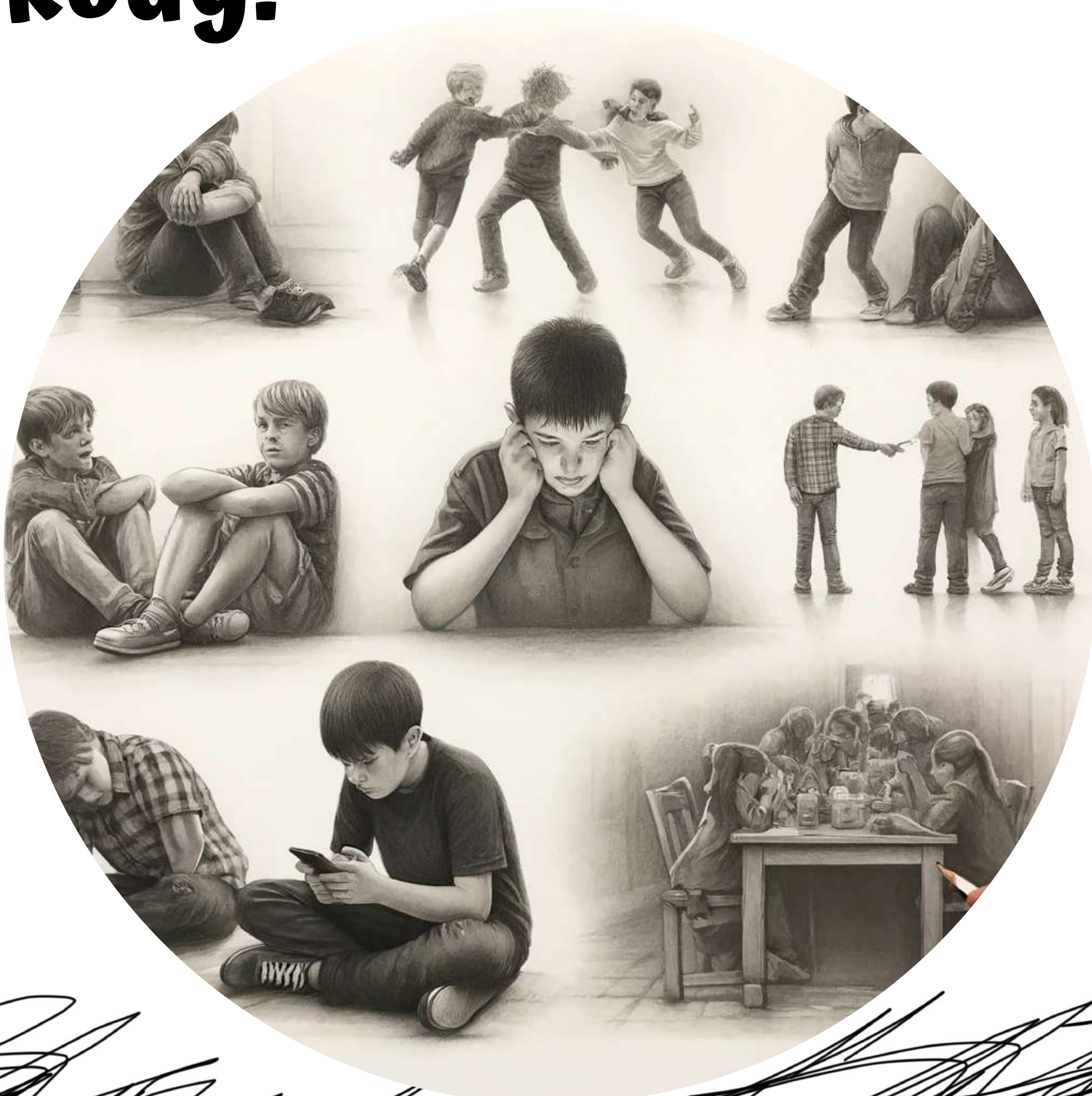
NIE BĄDŹ OBOJĘTNY

DZIAŁAJ

PRZECIWKO PRZEMOCY!

PRZEMOC RÓWIEŚNICZA

to świadome
podejmowanie wrogich
działań mających na celu
wyrządzenie komuś
szkody.



PRZYCZYNY PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ

- **Brak empatii:** Niektóre dzieci i młodzież mogą nie rozumieć, jak ich zachowanie wpływa na innych.
- **Naśladownictwo:** Dzieci mogą naśladować negatywne zachowania, które widzą w domu, w szkole czy w mediach.
- **Chęć dominacji:** Niektórzy sprawcy mogą dążyć do dominacji nad rówieśnikami, aby poczuć się lepiej lub bardziej wartościowo.
- **Problemy osobiste:** Stres, problemy w domu czy trudności w nauce mogą skłonić niektóre dzieci do agresji wobec innych.

SKUTKI PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ DLA OFIAR

- Obniżona samoocena i depresja.
- Problemy z nauką i koncentracją.
- Lęk społeczny i izolacja.
- W skrajnych przypadkach mogą pojawić się myśli samobójcze.



SKUTKI PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ

: **DLA SPRAWCÓW**

- Problemy z zachowaniem, które mogą prowadzić do kłopotów w szkole i z prawem.
- Trudności w budowaniu zdrowych relacji.
- Zwiększone ryzyko angażowania się w inne negatywne zachowania w dorosłym życiu.



RODZAJE PRZEMOCY

:

- **Fizyczna** - bójki, popychanie, szczypanie.
- **Słowna** - obraźliwe komentarze, przezwiska, groźby.
- **Psychiczna** - ignorowanie, wykluczanie z grupy, rozsiewanie plotek.
- **Cyberprzemoc** - prześladowanie za pomocą Internetu lub telefonu, np. przez SMS-y, media społecznościowe.

:

**CO ROBIĆ GDY,
JESTEŚ OFIARĄ
PRZEMOCY
RÓWIEŚNICZEJ?**

:

**CO ROBIĆ GDY,
JESTEŚ OFIARĄ
PRZEMOCY
RÓWIEŚNICZEJ?**

PAMIĘTAJ,

że każdy ma prawo czuć się
bezpiecznie. Szanowanie siebie
nawzajem jest kluczowe
w zapobieganiu przemocy.



MÓW O TYM,

Nie bój się mówić o swoich przeżyciach. Rozmowa z kimś, komu ufasz, może przynieść ulgę i jest pierwszym krokiem do rozwiązania problemu.



ZWRÓĆ SIĘ O POMOC

Porozmawiaj z wychowawcą lub innym nauczycielem. Potrzebujesz ich wsparcia i zrozumienia, aby razem móc stawić czoła tej trudnej sytuacji.



DOKUMENTUJ INCYDENTY

Zapisuj wszystkie sytuacje przemocy, które Cię spotkały. Data, miejsce, opis zdarzenia i świadkowi. To może być pomocne przy ewentualnym zgłoszeniu sprawy.



SZUKAJ WSPARCIA WŚRÓD RÓWIEŚNIKÓW

Wspólne działanie może być skuteczniejsze i dać Ci poczucie bezpieczeństwa.



Szukanie pomocy i otwarte

rozmowy o problemie są znakiem siły,
a nie słabości. Przemoc rówieśnicza to
poważny problem, który wymaga
wspólnych działań, aby go zatrzymać.



**Czy wiesz, że każde Twoje
działanie i słowo mają
znaczenie? Przemoc
równieśnicza to nie tylko
bijatyki czy obraźliwe
wiadomości w Internecie.
To także plotki,
wyśmiewanie, ignorowanie.
KAŻDY z nas może stać się
sprawcą, ale **KAŻDY** z nas
może też być tym, kto
przemoc zatrzyma.**

JAK DZIAŁAĆ?

REAGUJ

WSPIERAJ

BUDUJ DOBRE RELACJE



Mów głośno o PRZEMOCY – nie pozwól by trwała!

Mów głośno o PRZEMOCY – nie pozwól by trwała!

Mów głośno o PRZEMOCY – nie pozwól by trwała!