

Informační leták pro děti

Co je to šikanování?

- úmyslné, opakované ubližování druhému (opakované a úmyslné nadávání, ponižování, schovávání a ničení věcí, bití, strkání)

Proč jsi šikanován?

- není to proto že bys byl špatný nebo že si to zasloužíš – chyba není v tobě, ale ve špatných vztazích mezi žáky (převládá násilí a bezohlednost)
- nikdo nemá právo ti ubližovat!

Jak se můžeš bránit?

- obrať se na: třídního učitele nebo metodika prevence, výchovného poradce, vedení školy
- svěř se svým rodičům
- v případě, že nenajdeš odvalu se někomu svěřit přímo můžeš svěřit svůj problém „školní vrbě“ nebo zavolej na bezplatnou Linku bezpečí 116 111 nebo napiš pomoc@linkabezpeci.cz nebo chatuj chat.linkabezpeci.cz

Informační leták pro rodiče

Jak ochránit své dítě před šikanou

Co je to šikanování?

- úmyslné, opakované ubližování druhému (opakované a úmyslné nadávání, ponižování, schovávání a ničení věcí, bití, strkání)

Varovné signály – vnímání náhlých změn:

- nemá žádné kamarády
- nemluví o tom, co se děje ve škole
- poruchy spánku, noční můry
- zhoršení prospěchu
- často ho před odchodem do školy bolí hlava, břicho apod.
- častá omluvená nebo neomluvená absence
- chodí do školy oklikou
- přichází ze školy s potrhaným oblečením, s poškozenými školními potřebami nebo bez nich
- často mu nestačí peníze a požaduje další
- dítě je vyhladovělé ze školy, i když dostává svačiny a oběd
- nedokáže uspokojivě vysvětlit svoje zranění – modřiny, odřeniny, zlomeniny, popáleniny apod.
- pokus o sebevraždu či sebevražedné úmysly

Následky

- psychické následky na celý život

Jak dítěti pomoci

- nahlásit daný problém třídnímu učiteli nebo vedení školy
webové stránky <http://minimalizacesikany.cz/>
krizová linka k šikaně – 286 881 059 nebo rodičovská linka 840 111 234, 606 021 021