

**Nikdo nemá právo druhému ubližovat!
Spolužáci se k Tobě chovají nepřátelsky, ubližují Ti a Ty nevíš,
jak dál..**

Víš o někom, kdo je šikanován a je Ti ho líto..

PŘEKONEJ STRACH A ZAJDI ZA UČITELEM, KTERÉMU DŮVĚŘUJEŠ (ŠKOLNÍ METODIK PREVENCE, VÝCHOVNÝ PPORADCE, ŠKOLNÍ PSYCHOLOG).

Co je to šikanování?

Za šikanování se považuje to, když jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně ubližuje druhým. Znamená to, že ti někdo, komu se nemůžeš bránit, dělá, co ti je nepříjemné, co tě ponižuje, nebo tě prostě bolí. Strká do tebe, nadává ti, schovává to věci. Ale může ti znepříjemňovat život i jinak. Pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili a nevšímali si tě a to i prostřednictvím sociálních sítí.

Později se otravování života stupňuje a zdokonaluje. Nastupuje i fyzické násilí (bití, krádeže, poškozování věcí). Šikanování je vážná věc a v řadě případů bývá trestným činem.

Proč bývá člověk šikanován?

Není to proto, že by byl špatný nebo proto, že by si to zasloužil. Chyba není v něm, ale ve špatných vztazích mezi některými spolužáky. Převládá v nich bezohlednost a násilí.

Jak se můžeš bránit?

Když se ptali jednoho zoufalého žáka, proč o svém trápení neřekl rodičům, odpověděl: „Já nevím, když přijdu domů, snažím se na to nemyslet. A doufám, že už to bude lepší.“

Myslet si, že to bude lepší je OMYL. Nikomu nic neříct je CHYBA, která situaci jen zhoršuje. Nevzdávej to a udělej následující:

- Obrat' se na učitele, kterému důvěřuješ. Může Ti skutečně pomoci, bude Ti věřit a neprozradí Tě.
- Svěř se svým rodičům.
- V případě, že nenajdeš odvalu to říci ani svým rodičům, zavolej na

Linku bezpečí 800 155 555 nebo **116 111** nebo můžeš zprávu poslat odborníkům a do školy prostřednictvím webových stránek www.nntb.cz. Lidé, kteří tě buď vyslechnou na telefonu nebo si přečtou tvou zasloupanou zprávu prostřednictvím www.nntb.cz Ti budou věřit, protože nejsi sám, komu se něco podobného děje. Současně začnou celou věc řešit, tak, aby si byl v bezpečí.