

Strkáním hlavy do písku se svých potíží nezabavíš

TRÁPÍŠ SE KVŮLI ŠIKANĚ?

O šikaně mluvíme jestliže jeden nebo více spolužáků úmyslně, většinou opakovaně ubližuje jiným.

Znamená to, že ti někdo, komu se nemůžeš ubránit, dělá, co je ti nepříjemné, co tě ponižuje, nebo to prostě bolí.

Strká do tebe, nadává ti, schovává ti věci, bije tě. Ale může ti znepríjemňovat život i jinak.

Pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili a nevšíkali si tě.

CHYBA:

- Není v tobě, ale často ve špatných vztazích celé třídy.
- Ostatní jsou k tvému trápení lhostejní, nebo mají strach se tě zastat, nebo se dokonce zlomyslně na tvém neštěstí přiživují.

PAMATUJ:

- Nikdo nemá právo ti ubližovat!
- Strach obrátit se o pomoc /dospělí mi nebudou věřit, děti se mi pomstí apod./ je častý a pochopitelný, ale bohužel všechno ještě zhoršuje.

OBRAŤ SE:

- Na rodiče, výchovného poradce nebo učitele ke kterému máš důvěru a svěř se. Je povinností nás dospělých tento problém řešit. Jedná-li se o opakované potíže, tak na ně většinou děti samy nestačí a často dochází k jejich zhoršování.
- Na Linku bezpečí, bezplatně můžeš volat na telefon 800 155 555.

Napsal dr. Michal Kolář