



BULLYING — ROZPOZNAJ, REAGUJ, ZAPOBIEGAJ

**Razem budujemy bezpieczną społeczność
szkolną.**

CZYM JEST BULLYING?



Bullying to celowe, długotrwałe i powtarzające się zachowania agresywne skierowane przeciwko innym osobom, powodujące cierpienie emocjonalne lub fizyczne.



Powtarzalność zachowań



Nierównowaga sił



Celowe działanie agresora





FORMY BULLYINGU



Bullying może mieć wiele obliczy

Poznaj cztery główne rodzaje:
słowny, fizyczny, społeczny i internetowy.



Słowny — przezwiska, groźby



Fizyczny — bicie, popychanie



Spółeczny — wykluczanie, plotki



Internetowy — hejt, nękanie online



**Pamiętaj: nikt nie ma prawa Cię krzywdzić.
Zawsze szukaj pomocy u dorosłych!**





SYGNAŁY OSTRZEGAWCZE BULLINGU

Zwracaj uwagę na zmiany w zachowaniu dziecka, które mogą świadczyć o tym, że potrzebuje wsparcia.



Nagłe zmiany zachowania



Problemy emocjonalne i wycofanie



Pogorszenie wyników w szkole





BULLYING A KONFLIKT RÓWIEŚNICZY – CZYM SIĘ RÓŻNIĄ?



KONFLIKT RÓWIEŚNICZY



Strony mają
podobną siłę



Zdarza się
sporadycznie



Obie osoby mogą
wyrazić swoje zdanie



Możliwe jest przeproszenie
i rozwiązanie problemu

TO
NIE
TO
SAMO

BULLYING



Wyraźna przewaga jednej
osoby lub grupy



Zachowanie powtarza się
lub trwa długo



Celem jest zranienie,
upokorzenie albo wykluczenie



Ofiara ma trudność z obroną
i potrzebuje wsparcia



Jeśli ktoś cierpi i nie może się obronić
– powiedz zaufanej osobie dorosłej.



CO MOŻESZ ZROBIĆ?

BEZPIECZNE KROKI DLA UCZNIA



Nigdy nie zostawiaj ofiary samej.
Bullying to nie Twoja wina, ale **możesz pomóc**.
Powiedz zaufanej osobie dorosłej
– nauczycielowi, rodzicowi, pedagogowi,
psychologowi. Twoje działanie **może zmienić
wszystko**.



Powiedz dorosłemu



Nie zostawiaj ofiary samej





JAK RODZICE I SZKOŁA MOGĄ **WSPIERAĆ**



Otwarta komunikacja, współpraca z nauczycielami i budowanie bezpiecznego środowiska szkolnego to klucz do zapobiegania bullyingu.



1

Prowadzenie otwartych rozmów z dziećmi 



2

Budowanie współpracy ze szkołą 



3

Wspieranie środowiska klasowego 

Bullying - rozpoznaj, reaguj,
zapobiegaj

NIKT **NIE** POWINIEN ZOSTAWAĆ Z **TYM** SAM

Gdzie szukać pomocy?



Rodzice i opiekunowie



Centrum Pomocy Rodzinie



Nauczyciele, pedagog
i psycholog szkolny



Telefon zaufania dla dzieci: 116 111