

Informační leták pro žáky

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.

Zajdi za učitelem, kterému důvěřuješ, nebo za školním metodikem prevence Mgr. Jindrou Januškovou, výchovným poradcem Mgr. Ivou Mudrákovou, kariérním poradcem Mgr. Tomášem Mihulkou, či zástupkyní ředitelky Mgr. Janou Benešovou.

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 ubránit, dělá, co ti je nepříjemné, co tě ponižuje, nebo to prostě bolí. Strká do tebe, nadává ti, schovává ti věci. Ale může ti znepříjemňovat život i jinak. Pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili a nevšímali se tě.

Později se otravování života stupňuje a zdokonaluje. Nastupuje fyzické násilí (bití, krádeže a 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 nějak zasloužil. Chyba není v něm, ale ve špatných vztazích mezi některými spolužáky. Převládá v nich bezohlednost a násilí.

Jak se můžeš bránit?

Nevzdávej to a udělej následující:

- Obrat' se na někoho z dospělých ve škole, kterému důvěřuješ - třídní učitel, učitel, školní metodik prevence, výchovný poradce, vedení školy. Může ti skutečně pomoci, bude ti věřit a neprozradí tě.
- Svěř se svým rodičům.
- Využij schránku důvěry ve vestibulu školy.
- Využij elektronickou schránku důvěry ve škole:
<https://www.schranka-duvery.cz/schranka/a03f38d8>
- Využij pomoc v projektu Nenech to být:
www.nntb.cz/s/8a5ada3
- Zavolej na bezplatnou Linku bezpečí - telefon 116 111

Zásady pro bezpečný pohyb a komunikaci na internetu

DESATERO ON-LINE BEZPEČNOSTI

1. Nedůvěřuj neznámým lidem na internetu. Každý se může vydávat za někoho jiného.
2. Nesděluj nikomu na internetu svoje celé jméno, bydliště, školu, telefonní číslo.
3. Nikdy se nescházej s cizími lidmi, které jsi poznal při chatování nebo v sociální síti.
4. Chraň si svá hesla, nikomu kromě svých rodičů je neříkej.
5. Nikdy nikomu neposílej ani nezveřejňuj své příliš odvážné fotografie (např. v plavkách). Někdo je může zneužít. Když narazíš na podezřelé nebo nevhodné stránky, řekni to okamžitě dospělé osobě.
6. Chovej se na internetu fér. Nikoho neurážej, nezesměšňuj, nenapadej, nevyhrožuj. Nikoho bez jeho souhlasu nenatáčej a nefot' a takové obrázky nebo videa nezveřejňuj na internetu ani neposílej telefonem. Jedná se o kyberšikanu. Když něco takového zjistíš o sobě nebo o někom jiném, svěř se dospělé osobě, které důvěřuješ. Ohlaš to na www.horkalinka.cz nebo na www.pomoconline.cz.
7. Nedůvěřuj všem informacím na internetu, snaž se je ověřit.
8. Vyvažuj čas strávený u počítače s časem stráveným jinými koníčky, sportem a osobním kontaktem s kamarády. Závislost na počítači je nemoc.
9. Zabezpeč si svoje soukromí na sociální síti tak, aby k osobním informacím a fotografiím měli přístup jen tví přátelé.
10. Stahování z internetu zadarmo je nelegální. Je přísně zakázáno bez dovození stahovat, instalovat nebo kopírovat na školní počítače jakékoli programy (např. hry).