



STOP PRZEMOCY I AGRESJI!

Czy widziałeś kiedykolwiek...

Jak silny uczeń popycha słabszego?



Jak ktoś wpycha się w kolejkę do sklepiku lub na stołówkę?



Jak koleżanki i koledzy wyśmiewają się z czyjegoś nazwiska?



*Na pewno nieraz byłeś świadkiem takich zachowań, chociaż nie myślałeś, że to **PRZEMOC**. Wiele uczniów uważa, że takie sytuacje są „normalne”, bo zdarzają się codziennie, a „prawdziwa” przemoc to broń, krew i brutalna walka.*

**TO NIE JEST
PRAWDA!!!**



CZYM JEST **AGRESJA?**



Agresja to zachowanie, którego
głównym lub jedynym celem jest
skrzywdzenie/zranienie innej osoby
lub organizmu, zarówno
psychicznie, jak i fizycznie.

CZYM JEST PRZEMOC?

Przemoc to użycie z rozmysłem siły lub grożenie nią przeciw sobie, innej osobie, grupie lub społeczności, co prowadzi do zranienia, śmierci lub szkody psychicznej, a także do zaburzeń rozwojowych i upośledzenia społecznego.



RODZAJE AGRESJI

AGRESJA

fizyczna



psychiczna



słowna



AGRESJA FIZYCZNA

- KOPANIE
- BICIE
- SZARPANIE
- OKRADANIE
- OPLUWANIE
- ZAMYKANIE W POMIESZCZENIU
- NISZCZENIE WŁASNOŚCI
- POPYCHANIE
- WYMUSZANIE PIENIĘDZY



AGRESJA PSYCHICZNA

- OŚMIESZANIE
- GROŻENIE
- WYŚMIIEWANIE
- NIEWERBALNE SYMBOLE (NP. ROBIENIE OBRAŹLIWYCH MIN)
- DOKUCZANIE
- ZACZEPIANIE
- UBLIŻANIE

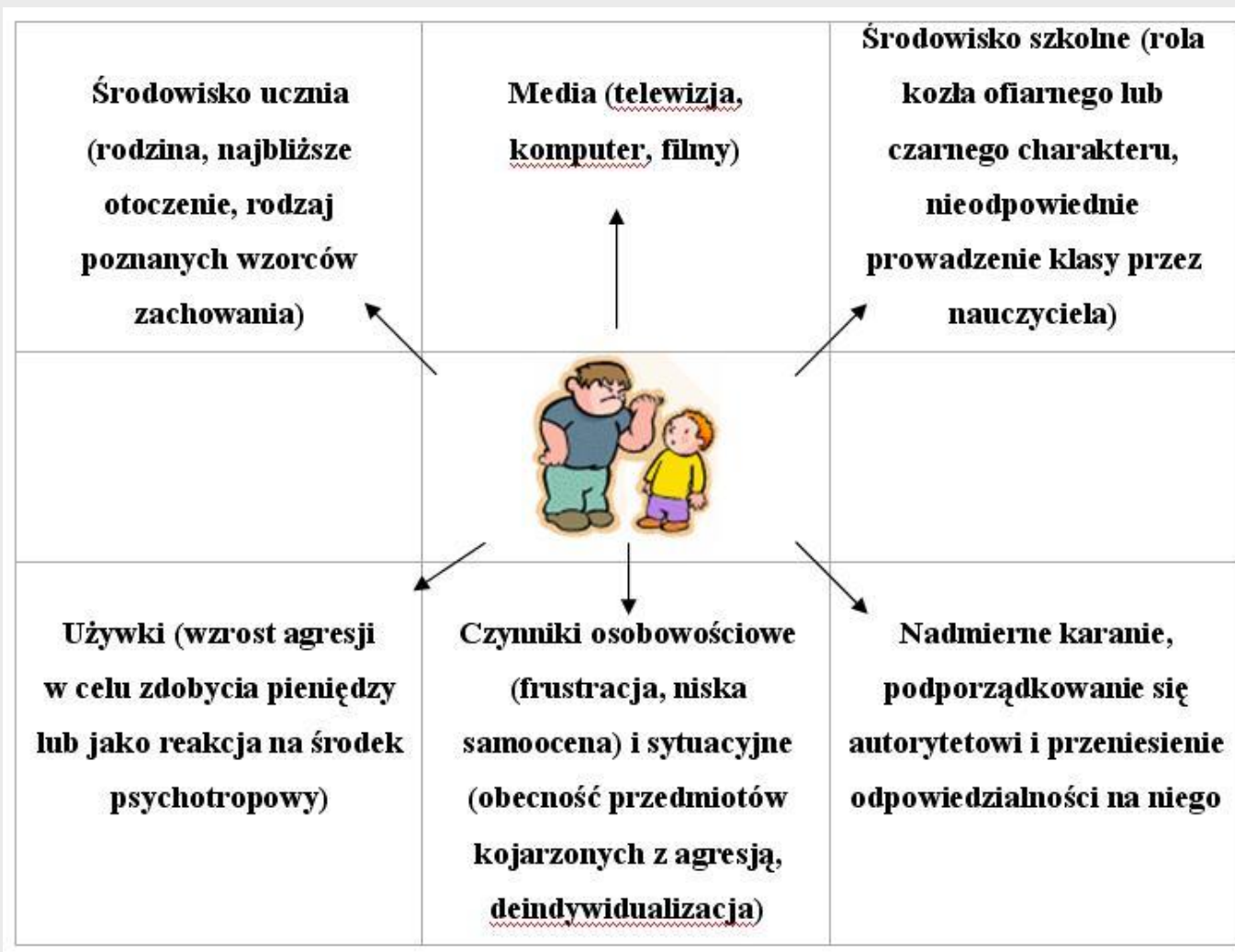


AGRESJA SŁOWNNA

- OBRZUCANIE WYZWISKAMI
- OBGADYWANIE
- UBLIŻANIE
- PLOTKOWANIE
- PRZEKLINANIE
- USZCZYPLIWOŚĆ
- KPINY



CO POWODUJE AGRESJĘ I PRZEMOC?



OSOBOWOŚĆ
MEDIA

ŚRODOWISKO
SZKOLNE

UŻYWKI

ŚRODOWISKO
UCZNIA

NADMIERNE
KARANIE

ULEGŁOŚĆ

SKUTKI PRZEMOCY I AGRESJI U OFIARY

Brak
zaufania

Złe wyniki
w nauce

Brak wiary
we własne
możliwości

Depresja
i nałogi

Ból i strach



Konsekwencje dla ofiar
przemocy są ogromne,
rzutują na całe życie
człowieka !!!

Ofiary przeżywają
głębokie uczucie
poniżenia, upokorzenia,
wstydu i strachu !!!

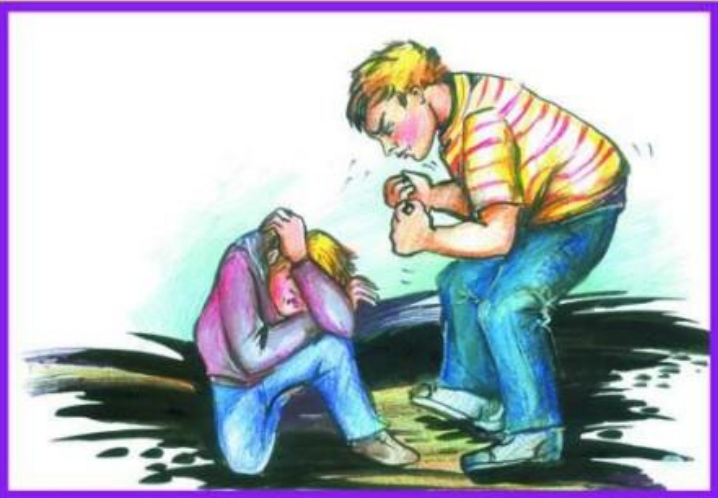
PRZEMOC W GRUPIE RÓWIEŚNICZEJ

PRZEMOC RÓWIEŚNICZA 1a

O przemocy rówieśniczej mówimy wtedy gdy:

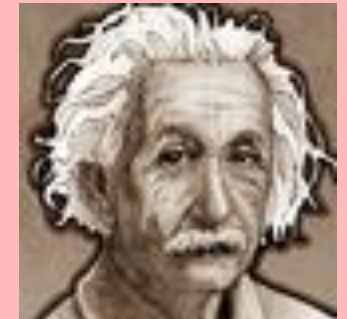
1. Silniejszy krzywdzi słabszego.
2. Silniejszy robi to celowo.

PRZEMOC JEST TAM, GDZIE NIE MA RÓWNOWAGI SIŁ.

An illustration showing a boy in a striped shirt and blue jeans bullying a girl in a purple shirt and blue jeans. The boy is leaning over the girl, who is sitting on the ground with her head buried in her hands. The background is a simple outdoor setting with some grass and a shadow.

„PRZEMOC NIEKIEDY
POZWALA ROZPRAWIĆ SIĘ
SZYBKO Z JAKIMIŚ
PRZESZKODAMI, ALE NIE
JEST ZDOLNA
CZEGOKOLWIEK STWORZYĆ”

ALBERT EINSTEIN



MÓWIMY O KIMŚ, ŻE JEST AGRESYWNY GDY...

- ❖ nie potrafi kontrolować swoich reakcji
- ❖ cechuje go nieustanna wrogość wobec innych- systematycznie wyśmiewa, ośmiesza, bije, kopie innych
- ❖ Jego reakcje agresywne są nieadekwatne do zaistniałych sytuacji
- ❖ jego zachowanie charakteryzuje się dużą liczbą aktów agresji



CECHY POTENCJALNYCH OFIAR PRZEMOCY

- są fizycznie słabsi i mniej sprawni od rówieśników,
- boją się urazów fizycznych,
- są wrażliwi, wycofani z życia, często płaczą,
- często nie mają bliskiego kolegi w klasie,
- łatwiej nawiązują kontakt z dorosłymi niż z rówieśnikami,
- charakteryzują się niską samooceną, są przezywani, zmuszani do posłuszeństwa,
- próbują często zdobyć akceptację agresora np. kradną dla niego, próbują się do niego upodobnić,
- okazują bezradność i bezbronność w przypadku ataku - widać, że są łatwym celem, a w przypadku bójki zwykle uciekają lub reagują płaczem,
- nagle zaczynają nie lubić szkoły i unikają chodzenia do niej,
- rano skarżą się na dolegliwości somatyczne,
- mają widoczne ślady na ciele: siniaki zadrapania itp.



**AGRESJA TO
NIEWŁAŚCIWY
SPOSÓB WYRAŻANIA
ZŁOŚCI**

OKRADANIE

PLOTKI

SZARPANIE

KOPANIE

PONIŻANIE

IGNOROWANIE

ZŁOŚLIWOŚCI

OBGADYWANIE

WYŚMIEWANIE

PLUCIE

BICIE

ZAWSTYDZANIE

UBLIŻANIE

SZCZYPANIE

POPYCHANIE

AGRESJA
NIE JEST OK

ZŁOŚĆ JEST OK

Złość sprawia, że serce
szybciej bije, więcej krwi
dopływa do rąk i nóg,
dostajemy zastrzyk energii

Warto pokazywać innym
swoją złość, mówić np. „to
mnie złości”

Złość to emocja, która
jest normalna i właściwa

Złość nas broni, jeżeli
ktoś narusza nasze
granice, krzywdzi

Uczucie złości pojawia się, gdy
boimy się, że utracimy nad
czymś kontrolę – np. mimo
starań nie potrafimy czegoś
się nauczyć

Wszyscy ludzie na całym
świecie czasem
odczuwają złość

TERMOMETR ZŁOŚCI

WŚCIEKŁOŚĆ I FURIA -
GROZI WYBUCHEM

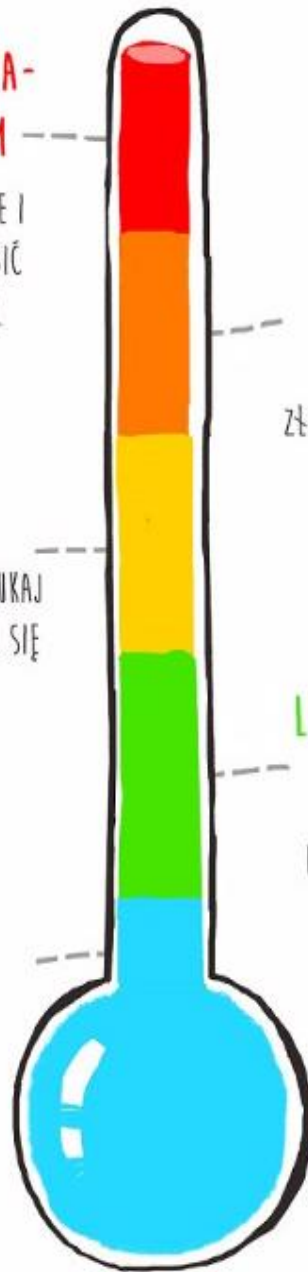
↓
IDŹ W BEZPIECZNE MIEJSCE I
USPOKÓJ SIĘ, BY NIE ZROBIĆ
KRZYWDY SOBIE I INNYM.

IRYTACJA

↓
CO CIĘ DENERWUJE? POSZUKAJ
ROZWIĄZANIA LUB ODDAL SIĘ
OD TEJ SYTUACJI.

SPOKÓJ

↓
TAK TRZYMAJ !



ZŁOŚĆ

↓
POWIEDZ KOMUŚ O SWOJEJ
ZŁOŚCI, UDERZ W PODUSZKĘ, IDŹ
NA SPACER.

LEKKIE ZDENERWOWANIE

↓
TRZY GŁĘBOKIE ODDECHY,
NADAL PANUJESZ NAD SWOIMI
EMOCJAMI.

Zmierz
temperaturę
swojego
zdenerwowania!!



JEŚLI JESTEŚ OFIARĄ PRZEMOCY.....



GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA

800 12 12 12

Czynny
od poniedziałku do piątku od godziny
8.15 do 20.00



ZADZWOŃ JEŚLI:

- przeżywasz smutek, lęk, osamotnienie,
- nie radzisz sobie z konfliktem w Twojej rodzinie,
- masz problemy w relacjach z rówieśnikami,
- masz trudności w nauce,
- ktoś stosuje wobec Ciebie przemoc.



OGÓLNOPOLSKIE POGOTOWIE
DLA
OFIAR PRZEMOCY w RODZINIE



116 111
telefon zaufania
dla dzieci i młodzieży

ANONIMOWO

BEZPŁATNIE

✉ 116111.pl

☎ 116 111

24H

PAMIĘTAJ!!

Nie jesteś sam!

