

Важно је да научиш да препознаш да ли се насиље дешава теби или некоме у твојој околини.

**Насиље** је сваки облик понашања који угрожава нечије здравље, развој и достојанство. Насиље има више облика:

**Физичко насиље** је ударац, чврга, гурање и свако слично понашање које доводи до стварних или могућих телесних повреда.

**Емоционално или психичко насиље** је оно које другоме наноси душевну патњу, тугу или страх. Када некога искључимо из групе или друштва, то је **социјално насиље**.

Када неко учествује у сексуалној активности коју не схвата или не жели, тада говоримо о **сексуалном насиљу**.

**Електронско насиље** је када се користе поруке или снимци мобилним телефоном, рачунар, Интернет и слично да би се некоме нанео бол или увреда.

Ако се насиље дешава међу децом истог или сличног узраста, онда је то **вршњачко насиље**. Када оно траје дужи временски период и када је онај који врши насиље јачи, онда је то **вршњачко злостављање**.



### Како да избегнеш насиље?

У школу и из школе иди осветљеним улицама, избегавај пречице и места где нема пролазника. Кад год можеш иди у друштво.

Са онима са којима се дружиш развијај узајамно поверење и поштовање.

Ако чујеш да се негде припрема туча, немој да се придружиш, него обавести наставника или неку другу одраслу особу, а они ће позвати полицију.

Немој да носиш са собом опасне предмете или оружје. Ако носиш такве ствари, можда ћеш их и употребити. Ако их употребиш, угрозићеш себе и друге.

### Када користиш Интернет...

Онима које упознајеш на Интернету никада немој давати своје личне податке, кућну адресу, број телефона или име школе, а да се претходно не договориш са родитељима.

Никада не договарај сусрете уживо, а да то не кажеш родитељима. ТИ увек буди ТИ, а не неко или нешто што ниси.

Ако ти неко понуди преко Интернета нешто што звучи сувише добро да би било истинито, онда то сигурно није истина!



### Шта да радиш када се неко према теби понаша насилно?

Не реагуј на провокације – иза њих обично не стоје стварни разлози за сукоб, него нечија жеља да се свађа или туче.

Покушај да избегнеш свађу, а ако до ње дође, настој да што пре изађеш из те ситуације.

Свакоме се може десити да погрешити – зато пружи и себи и другима прилику за промену.

Ако те неко нападне, а нема никога да ти помогне, покушај да побегнеш или да вичеш – скрени пажњу на себе тражећи помоћ.

Не смишљај освету и немој на насиље да одговараш новим насиљем – **оно тако никада неће престати.**

### А ако се насиље дешава неком другом?

Покушај да помогнеш.

Помози у помоћ одрасле из своје околине.

Позови другове и другарице да стану у заштиту онога ко трпи насиље – тако ћете показати да је већина вас против насиља.

Унапред се договори са другарима како ћете реаговати ако до насиља дође.



## Шта да радиш ако претрпиш насиље?

*Најважније је да не ћутиш!*

Испричај некој одраслој особи шта се догодило, **онако како је било** (родитељима, наставнику, тиму за заштиту од насиља, полицајцу).

Ако се плашиш да о томе говориш, позови друга или другарицу.

Ако у школи постоји „поверљива пошта“ напиши шта се догодило и убаци то у кутију.

Одрасли морају да реагују и да ти помогну да се проблем реши.



ЗАУСТАВИМО НАСИЉЕ  
ЗАЈЕДНО.

НАСИЉЕ НЕ ПРЕСТАЈЕ САМО!