



Nu mai vreau la școală!

Nici o colegă nu mi-e prietenă. Fetele mă bârfesc și băieții îmi pun porecle. Se feresc toți de mine de parcă aș avea ciumă și uneori mă strigă „ciumata!”. Asta nu înseamnă că unii nu-mi aruncă lucrurile pe jos! Pe telefon îmi trimit mesaje de amenințare dacă îi spun la profesori sau pur și simplu își bat joc. Odată am vrut să-i spun dirigintei, dar apoi mă gândesc că se văd toate aceste lucruri, fără să mai spun. Mă gândesc că și profesorii știu, dar nu au ce să le facă. Uneori mă simt fără rost... Sunt foarte singură și foarte tristă...
Ce aș mai putea să fac?



Vrem să te ajutăm oricine ai fi, dacă te afli în situația aceasta sau în situații asemănătoare.

În primul rând trebuie să știi că ai mai multe persoane cărora te poți adresa:

- diriginta, profesorii
- consilierul școlar
- părinții

Să nu crezi că n-au cum să rezolve situația aceasta prin care treci, orice are o rezolvare!

Cum te poate ajuta consilierul școlar sau dirigintele/profesorii?

-în primul rând să le spui, pentru că ei s-ar putea să nu observe, din cauză că aceste lucruri se întâmplă adesea când ei nu sunt prezenți, în pauze de exemplu.

-în al doilea rând, este foarte important să le transmiți gândurile și emoțiile negative prin care treci, pentru a te putea ajuta să le depășești.

Apoi trebuie să știi că sunt foarte mulți copii și tineri care trec prin stări de tristețe, neliniște și chiar teamă, dar cu sprijin din partea noastră, cu grijă și înțelegere, putem găsi împreună soluții!

Și tu poți cere ajutorul unui consilier școlar:

consiliere@cjraehd.ro

tel: 0784 295 340



**Centrul
Județean de
Resurse și
Asistență
Educațională
Hunedoara**

Str. Gh. Barițiu nr.2, DEVA
cod 330065, jud. HUNEDOARA
Tel/Fax: +40 (0254)219074
e-mail: office@cjraehd.com
www.cjraehd.ro

Violența

-forma de acțiune prin care un individ sau grup de indivizi cauzează în mod voit stări de disconfort ce pot merge până la leziuni grave asupra unuia sau mai multor indivizi.

În funcție de forma de manifestare, poate fi:

- Fizică
- Verbală
- Psihologică/emoțională

Exemple: lovire, împingere, constrângere, amenințare, intimidare, tachinare, insultă, poreclire, răspândire de zvonuri, minciuni manifestate asupra unui individ sau grup, dar nu în mod repetat.



Bullyingul

-este o formă a violenței care are un caracter repetitiv și în același timp este îndreptată împotriva unui individ sau grup mai mic ca putere.

Acest dezechilibru de putere se poate referi la forța fizică sau psihologică.

BULLY = individ care își folosește puterea pentru a speria sau răni persoane mai slabe.

Exemple: lovire, împingere, constrângere, amenințări, intimidări, tachinări, insulte, poreclire, răspândire de zvonuri, minciuni exercitate în mod repetat asupra aceluiași individ sau grup mai mic/mai slab ca forță.



Cyberbullyingul

-este o formă a bullyingului care are loc prin intermediul rețelelor de socializare online sau prin alte forme de comunicare electronică.



Exemple: hărțuire, amenințare, excludere, intimidări, jigniri, ridiculizări, spargere de de parole. Aspectul repetitiv este o caracteristică similară bullyingului.

