

USTRAHOVANJE, GROŽNJE, IZSILJEVANJE

Ali ti kdo grozi in te čaka po šoli?

Ali kdo zahteva od tebe denar, telefon ali druge materialne dobrine?

Ali ti kdo govori, da ti bo storil kaj hudega, če poveš odrasli osebi?

Kaj je to?

To je vrsta nasilništva, ki ga v angleškem jeziku imenujemo **bullying (ustrahovanje)** in predstavlja namerno, ponavljajočo se uporabo nasilja med otroki in mladostniki, pri katerem je razmerje med udeleženi neenakovredno, kar pomeni, da močnejši ustrahujejo šibkejše, nasilje pa je lahko fizično ali psihično.

Otrok, ki je ustrahovan, se izogiba določenih poti/predelov, ne želi odgovarjati na določena sporočila, ne želi biti v bližini nekoga, ki ga ustrahuje. Grožnje, pospremljene s strahom so vedno del ustrahovanja: » Če boš/ne boš ...bom ...«).

KAJ LAHKO STORIŠ, ČE SI ŽRTEV?

- To, kar se ti dogaja, ni tvoja krivda. Tisti, ki je nasilen, ravna narobe.
- Če si upaš, ostani miren, poglej ustrahovalca v oči in mu povej, da je DOVOLJ.
- Ustrahovalcu se zoperstavi ob prisotnosti priče – prijatelja, starejšega sorojenca...
- Pogosto pomaga, da ustrahovalca prestraši močnejša (odrasla) oseba.
- Če se ne zmoreš postaviti sam zase, moraš o tem spregovoriti z osebo, ki ji zaupaš.
- Ne molči! Zberi pogum. Povej staršem, učiteljem in drugim odraslim osebam. Ustrahovanje se preneha takoj, ko (pri)dobiš moč!
- Če se ti to dogaja na ulici, se fizično umakni v Varno točko in povej osebju v Varni točki.

KAJ LAHKO STORIŠ, ČE SI OPAZOVALEC?

Če si priča ustrahovanju, obvezno povej odrasli osebi. Ustrahovanje otroku odvzema zaupanje vase in v druge. Pogosto je ustrahovan otrok preveč prestrašen, da bi povedal odraslim – boji se, da se bo potem ustrahovanje še stopnjevalo. Če želiš pomagati, povej žrtvi, da si videl, kaj se dogaja in da ti lahko zaupa. Mogoče ga bo tako strah, da se ne bo upal, vendar bo vedel, da si tukaj zanj. O svoji izkušnji se pogovori z odraslo osebo, ki ji zaupaš. Če se ustrahovanje dogaja v šoli se obrni na razrednika ali šolsko svetovalno službo. Če ti je nerodno, lahko vedno pokličeš kakšno od številčk za pomoč otrokom v stiski ali se obrneš na Varne točke.

KAM ALI NA KOGA SE LAHKO OBRNEŠ ?

- Povej odrasli osebi, ki ji zaupaš (starši, sorodniki, učitelji, mamina prijateljica...).
- Prijatelj, ki ti bo nudil oporo.
- Varne točke
- TOM telefon 116 111
- Policija 113
- 080 11 55 SOS telefon za ženske in otroke – žrtve nasilja