

## Gdje potražiti podršku i pomoć?



#alarmirajse

### Plavi telefon

01/4833-888  
Ilica 36, 10 000 Zagreb  
[plavi-telefon@zg.t-com.hr](mailto:plavi-telefon@zg.t-com.hr)  
[www.plavi-telefon.hr](http://www.plavi-telefon.hr)

### Hrabri telefon

116 111  
Đorđićeva 26, 10 000 Zagreb  
[info@hrabritelefon.hr](mailto:info@hrabritelefon.hr)  
[www.hrabritelefon.hr](http://www.hrabritelefon.hr)

### Centar za pružanje usluga u zajednici „Savjetovalište Luka Ritz“

01/647-0050  
Ulica kneza Ljudevita Posavskog 48, 10 000 Zagreb  
[info@centar-lukaritz.hr](mailto:info@centar-lukaritz.hr)  
[www.centar-lukaritz.hr](http://www.centar-lukaritz.hr)

### Poliklinika za zaštitu djece Grada Zagreba

01/34-575-18  
Đorđićeva 26, 10 000 Zagreb  
[info@poliklinika-djeca.hr](mailto:info@poliklinika-djeca.hr)  
[www.poliklinika-djeca.hr](http://www.poliklinika-djeca.hr)

NOSITELJICA PROJEKTA

**MREŽA  
UDRUGA  
ZAGOR**

PROJEKT FINANCIRA



MINISTARSTVO RADA, MIROVINSKOGA  
SUSTAVA, OBITELJI I SOCIJALNE POLITIKE

Sadržaj letka isključiva je odgovornost Mreže udruga Zagor.

### SOS telefon i savjetovalište za žene žrtve nasilja Krapinsko-zagorske županije

049/639-281  
091/639-2810  
[sos@cesi.hr](mailto:sos@cesi.hr)

### Centar za socijalnu skrb Zabok

049/221-346  
049/223-392  
Matija Gupca 53, 49 210 Zabok  
[css-zabok@socskrb.hr](mailto:css-zabok@socskrb.hr)

### Centar za socijalnu skrb Krapina

049/371-847  
Dragutina Domjanića 5, 49 000 Krapina  
[korisniko40@mdomsp.hr](mailto:korisniko40@mdomsp.hr)  
[www.czss-krapina.hr](http://www.czss-krapina.hr)

Projekt #alarmirajse preventivno pristupa problematici nasilja među mladima kroz učenje nenasilnog rješavanja sukoba među mladima.

PARTNERI NA PROJEKTU

Društvo psihologa  
Krapinsko-zagorske županije  
Centar za socijalnu skrb Krapina  
Srednja škola Pregrada  
Srednja škola Krapina  
Srednja škola Konjščina  
Škola za umjetnost, dizajn, grafiku i odjeću Zabok

# PREPOZNAJ i REAGIRAJ

**NA NASILJE!**



#alarmirajse

# Nasilje među djecom i mladima

O vršnjačkom nasilju govorimo kada jedno ili više djece uznemiruje, napada ili ozljeđuje drugo dijete koje se ne može obraniti. Ukoliko je netko više puta nasilan prema istoj osobi s namjerom da povrijedi tu osobu ne govorimo više samo o nasilnom ponašanju, nego o zlostavljanju.

Nasilje može biti **izravno** (primjerice, udaranje ili vrijeđanje) te **neizravno**, koje je teže prepoznati. Primjer neizravnog nasilja je isključivanje određenog djeteta iz neke aktivnosti.

## Oblici nasilja

**Fizičko:** guranje, udaranje rukama ili nogama, povlačenje za kosu, pljuvanje, gađanje, napad različitim predmetima, skrivanje, uništavanje ili oštećivanje stvari, ...

**Verbalno:** nazivanje pogrdnim imenima, psovanje, ruganje, oponašanje glasa, vrijeđanje, dobacivanje, omalovažavanje, naređivanje, ...

**Socijalno:** isključivanje iz razgovora, namjerno zanemarivanje i isključivanje iz skupine, izbjegavanje, zabranjivanje sudjelovanja u različitim aktivnostima, ignoriranje, ogovaranje/širenje glasina i laži, ...

**Psihološko:** prijeteći pogledi i grimase, prijeteći stav i geste, uhođenje, zahtijevanje poslušnosti, ucjenjivanje, ...

**Seksualno:** seksualni komentari i vicevi, neprimjerene geste, neželjeno dodirivanje, podizanje dijelova odjeće, skidanje odjeće, izazovno fućkanje, sugestivne primjedbe ili pozivi, primjedbe o nečijoj spolnosti, zastrašivanje spolne prirode, ...

**Elektroničko:** anonimne poruke mržnje, kreiranje internetskih stranica koje sadrže priče, crteže, slike i šale na račun neke osobe, otkrivanje osobnih informacija o drugima, prijetnje smrću, seksualno namamljivanje, slanje tuđih fotografija, provaljivanje u tuđe e-mail adrese, ...

**Ekonomsko:** zabranjivanje korištenja zajedničke ili osobne imovine, raspolaganja osobnim prihodima ili imovine stečene osobnim radom ili nasljeđivanjem, onemogućavanje zapošljavanja, uskraćivanje sredstava za održavanje zajedničkog kućanstva i za skrb o djeci, onemogućavanje školovanja, ...



# Kako reagirati na nasilje

## SAVJETI ZA UČENIKE

- Jasno daj do znanja nasilniku da prestane – gledaj ga/je u oči i reci **PRESTANI!**
- Ako ti se netko ruga, pokaži mu da te to ne uznemiruje - reci mu primjerice samo: „ne zanima me to što pričaš“
- Na nasilno ponašanje ne reagiraj nasiljem
- Ne suočavaj se sam/sama s tim problemom - potraži pomoć odraslih
- Nastavi govoriti dok netko nešto ne poduzme – ispričaj što se događa odrasloj osobi u koju imaš povjerenja (roditeljima, pedagogu, psihologu, nastavniku, učitelju...)
- Druži se sa što više ljudi! Da bi stekao/stekla prijatelje, važno je potvrditi se biti prijatelj (ponašaj se prema njima onako kako želiš da se oni ponašaju prema tebi)
- Ne izbjegavaj školu jer time se samo odgađa problem, a i zaostaješ u gradivu
- Nemoj misliti da se to događa samo tebi – događa se mnogima i na svim mogućim mjestima
- Ne misli da to zaslužuješ zbog nekog razloga – nasilnici su ti koji imaju problem

## SAVJETI ZA RODITELJE

- Saslušajte dijete bez prekidanja
- Naglasite djetetu da nije ono krivo i da je učinilo pravu stvar rekavši Vam
- Ne ohrabrujte dijete da na nasilje reagira nasiljem (npr. „Vrati mu“!)
- Potaknete dijete da se druži s prijateljima u školi i na putu u školu
- Otpratite dijete u školu ako se nasilničko ponašanje događa na putu prema školi
- Zapisujte sve incidente i informirajte školu te potražite pomoć nastavnika i stručnog suradnika u školi

## ODGOVORNOST NASTAVNIKA I ŠKOLSKOG OSOBLJA

Ravnatelj, nastavnici i stručni suradnici dužni su spriječiti i zaustaviti svaki oblik nasilja u školi. Važno je da škola ima nultu toleranciju na nasilje te da postupa u skladu s protokolima o postupanju u slučaju pojave nasilja. Škola treba osigurati sigurno okruženje za učenje, a djelatnici trebaju biti model nenasilnog i primjerenog ponašanja.

**Na svako nasilje je potrebno reagirati !**

**Ako ne reagiramo na nasilje, to znači da ga podupiremo! !**