

ЛУТ

Кога некој ве малтретира,
важно е да не покажувате
страв и, смирено, да
објасните дека сте исти

РАЗБЕРЕТЕ

Дури и ако некој изгледа
поинаку од вас, обидете се
да разберете зошто.
Речиси секогаш, можете
да научите дека некој
поразличен може да ви
биде многу добар
пријател.

КОРИСНО

Најдобар пристап кога сте малтретирани е да побарате помош од возрасен или од вашите пријатели. Ако некое друго дете е малтретирано, помогнете му, дури и бранејќи се од насилникот.

**ЗБОРУВАЈТЕ
СО ПРИЈАТЕЛИТЕ**

Кога ќе станете тажни
затоа што некој ве
малтретира, раскажете им
на пријателите,
разговарајте со нив и
побарајте поддршка од
НИВ.

**ДА СЕ БИДЕ
ДОБАР Е ЗА
ПОСЕБНИ ЛУЃЕ**

Секој може да биде
насилник, но само посебни
луѓе можат да бидат добри
со секого. Многу е лесно,
исто така, да се биде
добар. Доволно е да
избегнувате да бидете
груби, навредливи или
агресивни

БИДЕТЕ

МИРНИ

Насилникот може да биде
задоволен кога ќе ве
налути, исплаши или
натажи. Можете да
победите само кога сте
смирени, без да бидете во
одбрана.

**Побарајте
Помош**

Кога некој ве малтретира, кажете му на наставникот или претпоставениот, на вашите родители или роднини, на вашиот пријател или па дури и побарајте помош од институција за заштита на децата. Ако признаете или знаете дека друго дете е малтретирано, побарајте помош од наставник или претпоставен, од вашите родители или роднини, па дури и побарајте помош од институција за заштита на децата.

Плачете

Иако е нормално да плачете
кога друго дете ве
малтретира, обидете се да
останете смирени. Исто така,
ако видите дека друго дете е
малтретирано, обидете се
да се приближите до него,
бранете се и смирете се
заедно

Штетен

Секоја форма на
малтретирање е штетна.
Наместо да кажувате лоши
зборови или да се
однесувате агресивно,
обидете се да најдете убави
зборови. Дури и вие може да
те повредите некој друг

**И ЈАС СУМ
РАЗЛИЧЕН**

Ако кажувате лоши зборови
или имате агресивно
однесување кон другото
дете само затоа што
претпоставувате дека детето
е различно на кој било
начин, помислете дека и вие
сте различни. Да се биде
различен не е причина за
малтретирање или за
малтретирање

ИЗБЕГНУВАЈТЕ

Ако сте малтретирани, вашата прва реакција може да биде да го избегнете насилникот.

Добро е краткорочно, но подобро е ако побарате поддршка од наставник или претпоставен, од вас родители или роднини, од вашите пријатели или дури и од институција за заштита на децата

СТРАВ

Може да се плашите кога некој ве малтретира. Сепак, секој пат обидете се да бидете мирни, да размислувате и да разговарате со насилникот. Стравот нема да ви помогне. Од друга страна, ако сакате да предизвикате страв кај другото дете, добро е да знаете дека можете да се покажете посилни со тоа што ќе бидете пријатели.

**ПОБАРАЈТЕ
ПРИЈАТЕЛСТВО**

Наместо да малтретирате
друго дете, подобро е да
побарате пријателство.

Можете да играте заедно,
можете да учите заедно,
можете да си поминете
убаво заедно

**БИДЕТЕ
ХРАБРИ**

Многу често, насилникот сака да ве исплаши. Со тоа што сте храбри и не губејќи го трпението, можете да го обесхрабрите насилникот

**ПРАШАЈТЕ
ВОЗРАСЕН**

Секој пат кога некој ве малтретира, побарајте помош и поддршка од возрасен: наставник или претпоставен, вашите родители или роднини. Исто така, можете да контактирате дури и со институција за заштита на децата

ИГРАЈ

Секогаш е подобро да си
играте со другите деца
наместо да ги
малтретирате

ОБЈАСНЕТЕ

Секој пат кога ќе се соочите
со насилник, не плачете, не
бегајте. Објаснете му ја на
насилникот вашата
ситуација

ШЕГУВАЈТЕ СЕ

Еден од најубавите делови од детството е шегата и забавата. Сепак, секогаш е подобро да се шегува меѓу пријателите, наместо да се шегува со некој друг или, уште најлошо, да се користи шега за да повреди нечији чувства.

ИЗОЛИРАЈТЕ СЕ

Кога сте малтретирани, не
се изолирајте. Побарајте
помош од наставникот или
родителите, разговарајте
со пријателите

РАДОСТ

Наместо да малтретирате
друго дете, можете да си
играте заедно.

Споделувањето на
радосни моменти е
подобро за сите

НАСМЕВКА

Ако некој ве малтретира,
одговорете со насмевка.
Подобро е отколку да се
биде вознемирен или
насилен

ГРИЖА

Кога ќе видите дека друго дете е малтретирано, бранете го и грижете се за нејзините/неговите емоции и чувства. Ако ситуацијата на малтретирање била со физичко насилство, можеби ќе треба да се грижите за модринки или други мали повреди

БИДИ СИЛЕН

Кога некој ве
малтретира, важно е да
не покажувате страв и,
смирено, да објасните
дека сте исти

ПОДДРШКА

Кога ќе видите дека
соученик или кое било
дете е тажно или
малтретирано, одете кај
неа/него и пружете му ја
вашата поддршка. Лесно е
да се даде поддршка и
можеби ќе имате, во
замена, одличен пријател

СТАРТ



Robotics vs
Bullying