

FURIE

Este normal să simți furie
atunci când cineva te
hărțuiește. Totuși, este mai
bine să respiri adânc, să te
liniștești și să abordezi si-
tuația cu calm.

ÎNȚELEGERE

Chiar dacă cineva arată
altfel decât tine, încearcă să
înțelegi de ce.

Aproape întotdeauna poți
afla că cineva diferit poate
să fie un foarte bun prieten.

AJUT

Atunci când ești hărțuit/ă, cel mai bine este să ceri ajutorul unui adult sau al unui prieten. Dacă un alt copil este hărțuit, ajută-l, chiar și apărându-l de hărțuitor.

**VORBEȘTE CU
PRIETENII**

Atunci când te hărțuiește
cineva, povestește prieteni-
lor, vorbește cu ei și cere-le
sprijinul.

**A FI DRĂGUȚ
ESTE PENTRU
CEI SPECIALI**

Oricine poate fi un hărțuitor,
dar numai oamenii speciali
pot fi drăguți cu ceilalți.
De altfel, să fii drăguț este
ușor. Este suficient să eviți să
fii nepoliticos, jignitor sau
agresiv.

FII CALM/Ă

Un hărțuitor poate fi mulțumit dacă te enervezi, te sperii sau te întristezi. Poți să depășești situația atunci când ești calm/ă, fără a intra în apărare agresivă.

**CER
AJUTORUL**

Atunci când te hărțuiește cineva, spune unui profesor, unui pedagog, părinților sau rudelor, prietenilor ori cere ajutorul Protecției Copilului. Cere ajutorul și dacă afli sau știi că un alt copil este hărțuit.

PLÂNS

Deși este normal să plângi atunci când te hărțuiește un alt copil, încearcă să rămâi calm/ă. De asemenea, dacă vezi că un alt copil este hărțuit, încearcă să te apropii, să îi iei apărarea și să-l calmezi.

PERICULOS

Orice formă de hărțuire este periculoasă. În loc să spui cuvinte neplăcute sau să acționezi agresiv, este mai bine să nu faci nimic sau să găsești cuvinte frumoase. Chiar și tu poți fi rănit/ă de altcineva.

**ȘI EU SUNT
DIFERIT/Ă**

Dacă spui vorbe urâte unui alt copil sau ești agresiv/ă cu acesta doar fiindcă presupui că acel copil este diferit, gândește-te că și tu ești diferit/ă. A fi diferit/ă nu este un motiv să hărțuiești sau să fii hărțuit/ă.

EVIT

Dacă ești hărțuit/ă, prima ta reacție poate fi să eviți hărțuitorul. Pe termen scurt, este bine, dar este și mai bine să ceri ajutorul din partea unui profesor, din partea părinților sau rudelor și chiar de la Protecția Copilului.

TEAMĂ

Poți simți teamă atunci când te hărțuiește cineva. Totuși, de fiecare dată, încearcă să fii calm/ă, să te gândești și să vorbești cu hărțuitorul. Frica nu te ajută. Pe de altă parte, dacă vrei să produci frică unui alt copil, este bine să știi că ești mai puternic/ă atunci când sunteți prieteni.

MĂ

ÎMPRIETENES

În loc să hărțuiești un alt copil, este mai bine să deveniți prieteni. Vă puteți juca, puteți învăța împreună, puteți să vă distrați împreună.

ARATĂ CURAJ

Foarte des, un hărtuitor
vrea să te sperie. Dacă arăți
curaj și nu te sperii,
atunci vei descuraja
hărtuitorul.

**VORBESC CU
UN ADULT**

De fiecare dată când te hărțuiește cineva, cere ajutorul și sprijinul unui adult: învățător, pedagog, părinți sau rude. De asemenea, poți chiar să suni Protecția Copilului.

JOACĂ

Întotdeauna este mai bine
să te joci cu alți copii în loc
să-i hărțuiești.

EXPLICĂ

De fiecare dată când te confrunți cu un hărțuitor, nu plânge și nu te îndepărta. Explică hărțuitorului care este situația ta.

GLUMĂ

Unele dintre cele mai frumoase părți ale copilăriei sunt bucuria și distracția. Întotdeauna este mai bine să glumești cu prietenii, decât să faci glume pe seama altcuiva sau, și mai rău, să folosești ironia pentru a răni sentimentele altcuiva.

MĂ IZOLEZ

Când ești hărțuit/ă nu te
izola. Cere ajutorul înv-
ățătorului, părinților sau
discută cu prietenii.

BUCURIE

În loc să hărțuiești un alt copil, vă puteți juca. Este mult mai bine pentru toți să împărtășiți momente plăcute.

ZÂMBESC

Dacă te hărțuiește cineva,
răspunde-i cu un zâmbet.
Este mai bine decât să te
superi sau să devii violent/ă.

GRIJĂ

Atunci când vezi cum este hărțuit un alt copil, apără-l și ai grijă de emoțiile și sentimentele sale. Dacă situația de hărțuire înseamnă violență fizică, poate fi nevoie să ai grijă de zgârieturi sau de alte mici răni pe care le-a suferit.

FII PUTERNIC/Ă

Când te hărțuiește cineva,
este important să nu arăți
teamă și, cu calm, să explici
că sunteți asemănători.

SPRIJIN

Atunci când vezi că este hărțuit un coleg sau un alt copil, ajută-l. Este ușor să fii de ajutor și, în schimb, poți avea un foarte bun prieten.

START



Robotics vs
Bullying