

# Międzynarodowy Dzień Przeciwdziałania Przemocy i Nękanii w Szkole, w tym Cybernękanii



**Międzynarodowy Dzień Przeciwdziałania  
Przemocy i Nękanii w Szkole, w tym  
Cybernękaniu, to nietypowe święto  
ustanowione przez UNESCO w 2019 roku  
z inicjatywy Francji, Meksyku  
i Maroka. To wydarzenie ma na celu  
zwrócenie uwagi na problem przemocy  
i zastraszania w środowisku szkolnym.  
Każda forma przemocy jest naruszeniem  
podstawowych praw dziecka i wymaga  
natychmiastowej reakcji.**



**Międzynarodowy Dzień Przeciwdziałania Przemocy i Nękanii w Szkole,  
w tym Cybernękanii, obchodzony jest w pierwszy czwartek listopada,  
w roku 2024 przypada na 07 listopada.**

**W tym czasie zwraca się uwagę na problem przemocy, okazując wsparcie  
ofiaram nękania. Organizowane są również kampanie edukacyjne, które  
informują o negatywnych skutkach przemocy  
w szkołach.**



**Przemoc** to celowe działanie, które wykorzystuje przewagę siły przeciwko drugiej osobie, naruszając jej prawa i dobra osobiste oraz powodując cierpienie.

**Przemoc szkolna** może objawiać się na różne sposoby, takie jak popychanie, plucie, kopanie, zabieranie rzeczy, zmuszanie do poniżających czynności, wyśmiewanie, obmawianie i rozprzestrzenianie plotek, również w internecie.



**Cybernękanie** to wykorzystanie technologii, takich jak Internet, telefony, portale społecznościowe, gry czy komunikatory, do zastraszania innych. Może to również obejmować natarczywe nękanie, takie jak nieustanne wysyłanie wiadomości lub niechcianych zdjęć.



Warto zrozumieć, że to, co prześladowcy mogą nazywać "żartami", dla ofiary może być źródłem ogromnego stresu i cierpienia.

Jeśli czujesz się niekomfortowo lub doświadczasz negatywnych emocji w wyniku czyjegoś zachowania, wyraż to jasno.

Jeżeli takie zachowanie się nie zmienia, to znaczy, że doświadczasz przemocy, a nie żartu.



# Nie ignoruj problemu

Przemoc rośnie, gdy jest tolerowana przez otoczenie.

Jeśli jesteś świadkiem jakiegokolwiek formy nękania czy przemocy, zareaguj! Bezkarność tylko motywuje sprawcę, a ofiarę utwierdza w przekonaniu, że sama jest winna. Wyraźny sygnał, że przemoc nie jest akceptowana, często pomaga powstrzymać agresję



Zawsze pamiętajmy, że każda reakcja na przemoc ma znaczenie.

Nie bójmy się mówić, reagować i informować zaufanych osób.

Pamiętajmy również o istotnych numerach telefonów, gdzie możemy otrzymać pomoc:

- Pomoc dzieciom i młodzieży w sytuacjach zagrożenia w Internecie bezpłatny nr 800 100 100
- Ogólnopolski telefon zaufania dla dzieci i młodzieży potrzebujących wsparcia psychologicznego, doświadczających i będących świadkami przemocy 116 111

