

# Šikana

David a jeho spolužáci si občas ze sebe dělají legraci. Dnes to ale přehnali. Napsali Toníkovi několik urážlivých zpráv.

Jak by ses cítil ty, kdyby se to stalo tobě?

Co může Toník udělat? Tady máš několik nápadů. Přemýšlej o nich a poté označ ty, které se dají použít.

Může spolužákům říct, že mu to vadí, a požádat je, ať přestanou.

Chvíli to může zkusit ignorovat anebo na to reagovat s humorem.

Nebude celý měsíc používat mobil.

Může požádat o pomoc dospělé.

Může poprosit o pomoc kamarády.

Co dalšího by ještě mohl udělat?

Eliška si myslí, že by mu mohla ještě pomoci.

Může spolužákům říct, že se tak chovat nemají, a požádat je, ať přestanou.

Sama nebude Toníkovi ubližovat, nebude třeba přeposílat zprávy o něm.

Může se k Toníkovi chovat kamarádsky a povzbuzovat ho, aby se cítil lépe.

Může sama požádat o pomoc dospělé.

Co dalšího by Eliška mohla udělat?

## Nezapomeň:

Nestyď se, pokud je na tebe někdo nepříjemný nebo tě šikanuje. Šikanování byli i někteří slavní herci, sportovci nebo vědci.

Neúčastni se šikany ani nepomáhej ostatním při šikanování.

Když někoho šikanují, seber odvahu a pomoz mu.

## Diskutujte v týmu:

Jak může vypadat šikana s využitím počítače nebo mobilu?

Kdyby tě začali šikanovat, jak se budeš cítit?

Není šikana jenom legrace?

Na koho se můžeš obrátit v případě šikany s prosbou o pomoc? Komu a jak se dá šikana nahlásit? Dá se šikana nahlásit také anonymně?