

Šikana – děti

Home > Problém > Šikana

Jak poznám šikanu?

Šikana znamená, že tě někdo úmyslně ponižuje. Člověk, který tě šikana, chce mít pocit převahy, proto se ti například posmívá a snaží se tě zastrašit. Někdy k šikanování použije i násilí. Může to být tvůj spolužák, tvůj vrstevník ze sousedství nebo kdokoli jiný, dítě i dospělý. [+](#)

„Možná už jsi někdy slyšel, že se člověk se šikanou prostě musí smířit, protože je to běžná věc. To ale není pravda. Šikana nikdy není v pořádku. Nemusíš zatnout zuby a snášet ji, máš právo, aby se k tobě lidé chovali ohleduplně.“ - toto je citace.

Jak může vypadat šikana?

► Nadávky a posměšky

Nejčastější podoba šikany je slovní. Útočník se ti posmívá, uráží tě, vymýšlí pro tebe různé nadávky. [+](#)

► Tělesný útok

Nemusí to být vždycky rány, které opravdu bolí. I když jde jenom o strkání, plácnutí nebo třeba omezení pohybu (někdo ti zastoupí cestu, přitiskne tě ke zdi a podobně), pořád je to šikana. [+](#)

Jak mám na šikanu odpovědět?

1. Když tě někdo šikana, je normální mít vztek nebo pocit bezmoci. Je možné, že budeš mít chuť útočníka uhodit, hádat se s ním, nějak mu oplácit jeho útok. Raději to ale nedělej. Mohl bys ho vyprovokovat k ještě horší reakci, nebo by ses mohl sám dostat do problémů. [Zavolej.](#)
2. Možná ti bude do pláče, a za to se nemusíš stydět. Nikomu není příjemné, když mu lidé ubližují.

Další odkazy k tématu

Co je šikana.

[Popis problému.](#)

Příklady.

Gia eiuntiisit, nobit dust, to excestet perum fuga.

Ut pore molorror rerum nossitat ut enimi.

Dolecus am, es re lab idelenis pos quamenest.

Pamatuj si:

V situaci, kdy tě někdo šikana, je hlavní tvoje bezpečnost. Je důležité, aby ti neublížil ještě víc.

► Co můžu dělat dál?

- Hodně také pomáhá mít kamaráda, se kterým si rozumíš a můžeš se na něj spolehnout. Zlepší ti náladu, když to budeš potřebovat, a podpoří tě.
- V každém případě se kdykoli můžeš obrátit na nás. Spondea je skupina odborníků, kteří pomáhají právě lidem, jako jsi ty, vyslechnou tvůj problém a poradí, co dál dělat. Pokud nechceš, nemusíš nám ani říkat svoje jméno, stačí zavolat nebo napsat e-mail. Všechny kontakty najdeš [ZDE](#).



160 znaku e re soloreptini dolupientiis eniaturesci officiis voluptatet quam fuga. Ullaut et quos magnim qui arcidelicac nis volore reperi nihil molorio aha abba.



160 znaku e re soloreptini dolupientiis eniaturesci officiis voluptatet quam fuga. Ullaut et quos magnim qui arcidelicac nis volore reperi nihil molorio aha abba.



160 znaku e re soloreptini dolupientiis eniaturesci officiis voluptatet quam fuga. Ullaut et quos magnim qui arcidelicac nis volore reperi nihil molorio aha abba.

Jak poznám šikanu?

[Ojednat schůzku](#)

Šikana znamená, že tě někdo úmyslně ponižuje. Člověk, který tě šikana, chce mít pocit převahy, proto se ti například posmívá a snaží se tě zastrašit. Někdy k šikanování použije i násilí. Může to být tvůj spolužák, tvůj vrstevník ze sousedství nebo kdokoli jiný, dítě i dospělý. Šikana znamená, že tě někdo úmyslně ponižuje. Člověk, který tě šikana, chce mít pocit převahy, proto se ti například posmívá a snaží se tě zastrašit. Někdy k šikanování použije i násilí. Může to být tvůj spolužák, tvůj vrstevník ze sousedství nebo kdokoli jiný, dítě i dospělý.



KONTAKT

Telefonní linka:
+420 608 118 088
+420 541 235 511

E-mail:
info@spondea.cz

Chat:
chat.spondea.cz

CO VÁS TRÁPÍ?

- Něco není v pořádku
- Šikana
- Rodiče se rozvádí
- Zdravotní problémy
- Stalking
- Rodinné trable
- Problémy ve vztazích
- Domácí násilí
- Jiné psychické problémy
- Drogy a alkohol
- Chci ovládnout svou agresi

ROLE

- Děti
- Dospívající
- Dospělí
- Rozvádějící se
- Osoby nevládající agresi ve vztazích

MENU

- Kdo jsme?
- Jak Vám pomůžeme
- Zapojte se
- Kontakt