



## BULLYING

### PRZEŚLADOWANIE I DRĘCZENIE RÓWIEŚNICZE

Bullying to powtarzające się agresywne zachowania, które ranią, poniżają lub krzywdzą - emocjonalnie lub fizycznie inną osobę.

Dokonywane w obecności innych przez ucznia/uczniów, którzy mają przewagę fizyczną (np. są silniejsi) albo psychiczną (np. mają większe grono znajomych i sprzymierzeńców lub są bardziej popularni)

### RODZAJE BULLYINGU:

- **bullying fizyczny** (wszelkie użycie siły fizycznej)
- **bullying werbalny/słowny** (np. obrażanie, wyzywanie, pisanie obraźliwych napisów)
- **bullying relacyjny** (działania mające na celu niszczenie czyjeś reputacji, pozbawienie popularności, akceptacji i relacji towarzyskich w klasie, nastawianie klasy przeciwko, obgadywanie, plotkowanie)
- **bullying materialny** (np. kradzieże, niszczenie rzeczy)
- **cyberbullying** (narzędziem przemocy są technologie komunikacyjne, np. media społecznościowe)

### KONSEKWENCJE DOŚWIADCZEŃ BULLYINGOWYCH MOGĄ DOTYCZYĆ WSZYSTKICH UCZESTNIKÓW

#### - OFIARY, ŚWIADKÓW, AGRESORÓW:



- nieprzyjemna atmosfera w klasie
- osłabiona zdolność koncentracji
- niższe wyniki w nauce
- niższa frekwencja
- depresja
- zaburzenia lękowe
- stany zapalne organizmu
- problemy z regulacją emocji
- zaburzenia odżywiania
- a nawet zwiększone ryzyko cukrzycy i chorób serca

