

## VEŠ, DA KOGA IZSILJUJEJO?

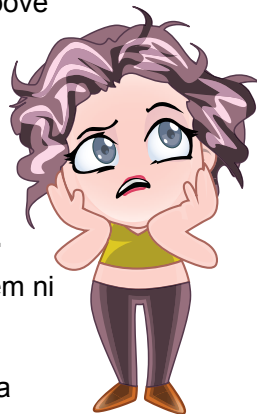


### Opozori na to starše ali učitelje.

Če veš, da nekoga izsiljujejo, mu grozijo ali ga kakor koli drugače ustrahujejo, o tem takoj opozori odraslo osebo, ki ji zaupaš. To so lahko starši, učitelji, trenerji, pa tudi naključni mimoidoči, če si priča izsiljevanju. Žrtev izsiljevanja pogosto o svoji izkušnji ne upa povedati nikomur. Zato spregovori in mu pomagaj iz začaranega kroga nasilja.

### Pomagaj žrtvi izsiljevanja.

Mladostnik, ki ga izsiljujejo, ustrahujejo, zaničujejo itd., je prestrašen in osamljen, zato mu pomagaj. Bodi njegov prijatelj, vključi ga v svojo družbo, prisluhni mu, vprašaj ga o njegovi izkušnji in ga spodbudi, da o nasilju pove staršem in policiji.



## STARŠI!

### Opazujte vedenje svojega otroka.

Čutite, da je vaš otrok v stiski, pa o tem ni pripravljen govoriti?

Nenadne spremembe vedenja vašega mladostnika, modrice, zaprtost vase, nepojasnjeno izogibanje vsakodnevnim obveznostim, ki zahtevajo, da zapusti stanovanje, pogostejše prošnje po višji žepnini ali celo izginjanje vrednejših predmetov iz stanovanja lahko kažejo na to, da je vaš otrok žrtev izsiljevanja.

### Prisluhnite svojemu mladostniku.

Spodbujajte ga k pogovoru in ne zmanjšujte pomena njegovih težav, saj se lahko za njegovimi besedami skriva veliko več, kot si upa povedati.

Pogovorite se tudi z učiteljem, s starši sošolcev in z otrokovimi prijatelji. Morda zgodba vašega otroka ni edini primer izsiljevanja v vašem okolju. Ne pozabite, starši praviloma o ustrahovanju vedo manj od svojih otrok.

## UČITELJI!

### Učenci naj vedo, da je vsakršno nasilje nedopustno.

Oblikujte in vzdržujte takšno šolsko okolje, ki ne odobrava nasilja in omogoča zgodnje odkrivanje različnih oblik nasilja med mladostniki. Pri tem bodite dosledni in ne dopuščajte izjem, nobeno nasilno dejanje ne sme biti spregledano.



Bodite pozorni na vedenje mladostnikov, njihova mnenja in stališča, ki jih izražajo. Vzemite resno težavo, o katerih vam povedo, prisluhnite jim in si pridobite njihovo zaupanje. Naj vedo, da jih boste zaščitili.

Mladostniku, ki je bil izključen iz enega okolja, pomagajte, da se vključi v drugo, njemu prijaznejše.



# SKUPAJ PROTI IZSILJEVANJU IN DRUGIM OBLIKAM NASILJA



SKUPAJ ZA VARNOST  
WWW.POLICIJA.SI ☎ 113  
ANONIMNI TELEFON ☎ 080 12 00



## SI ŽRTEV IZSILJEVANJA?

Te ustrahujejo? Ali od tebe s silo ali grožnjo zahtevajo denar in druge vredne predmete? Te silijo, da storiš nekaj, česar ne želiš?

Ne pristajaj na nasilje, temveč o tem povej staršem ali učiteljem in nasilneža prijavi policiji.

### Izogni se fizičnemu obračunu.

Vedno se poskušaj izogniti fizičnemu obračunu, še posebej, če je tisti, ki ti grozi, oborožen. Glasno pokliči na pomoč, včasih je že to dovolj, da nasilnež zbeži. Izogibaj se krajem, kjer bi se lahko srečal s tistimi, ki te ustrahujejo.

### Spregovori o svojih težavah.

Z ustrahovanjem se nihče ne more soočiti sam, zato o svojih težavah povej staršem, učiteljem ali komu drugemu, ki mu zaupaš.

O tem govori tudi s svojimi prijatelji, morda ima kdo od njih podobno težavo. Tako lahko pomagaš tudi drugim, ki jih ustrahujejo ali izsiljujejo.

Veliko žrtev noče spregovoriti o izsiljevanju. Bojijo se, da bi jih označili za strahopetce, ali da bi nasilnež izvedel, da so ga "zatožili". Strah pred pogovorom o nasilju je popolnoma

naraven, vendar pa lahko nasilje ustaviš le, če o njem spregovoriš.

### Druži se z ljudmi, ki jim zaupaš.

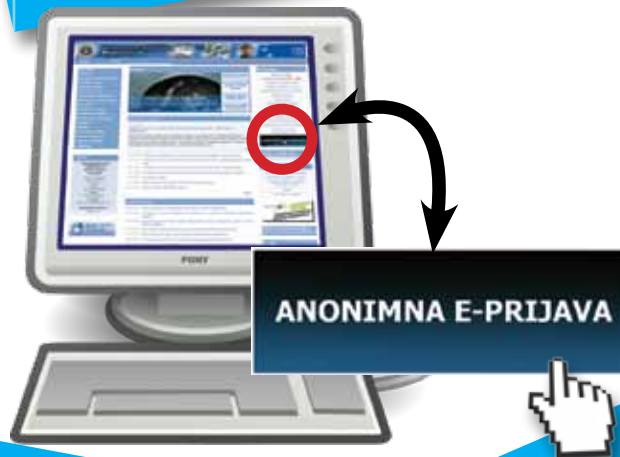
Zadržuj se v bližini oseb, ki jim zaupaš in te lahko zaščitijo. Ko greš v šolo in iz nje, na obisk k prijateljem, na trening ali pa le v trgovino, ne hodi sam, če se počutiš ogroženega. Prosi starše ali prijatelje, da te spremljajo.

## Nasilje prijavi policiji!

- pokliči telefonsko številko policije **113** ali anonimni telefon policije **080 12 00**

ali

- na **www.policija.si** poišči okence za **anonimno e-prijavo**, kjer lahko nasilneža prijaviš policiji, pri tem pa ti ni treba razkriti svojega imena. Napiši čim več podatkov (kdo je nasilnež, kaj, kje in kdaj se dogaja ...).



## SKUPAJ PROTI IZSILJEVANJU IN DRUGIM OBLIKAM NASILJA

Otroci in mladostniki so pogosto žrtve izsiljevanja, ki vsebuje različne oblike nasilja.



### Oblike nasilja:

- grožnje
- nadlegovanje
- fizično maltretiranje
- nadlegovanje na spletu
- posmehovanje, izpostavljanje ali ignoriranje zaradi drugačnosti
- namerno poškodovanje stvari

Vsako nasilje lahko prijaviš policiji na **113** ali na anonimni telefon policije **080 12 00** ali preko anonimne e-prijave na **www.policija.si!**

