

# Практически насоки за действия на учители и ученици, които трябва да се предприемат в случаи на инцидент , насилие и други критични ситуации

## 1.Проявите на тормоз:

### Физически:

- ритане, удряне или блъскане на някого;
- кражба, криене или разрушаване на чужди вещи;
- унижение, принуждаване на някого да извършва действия против волята си.

### Вербални:

- заплаха за физически тормоз (ритане, удряне или блъскане);
- подигравки, употреба на подигравателни прякори и обръщения;
- всякакви форми на вербална обида.

### Социално-психологически:

- нарочно и целенасочено изолиране на някого от определени групи и дейности;
- разпространяване на слухове и лъжи по нечий адрес.

### Сексуален тормоз:

- несловесно или физическо поведение със сексуален характер, имащо за цел или водещо до накърняване на достойнството на лицето.

### Кибертормоз:

- обидни, заплашителни и подигравателни текстови съобщения по мобилен телефон, електронните средства за комуникация или в социалните мрежи;
- разпространяване на материали, които уронват достойнството на детето или го унижават: снимането на детето с мобилен телефон и свободното разпространяване на снимки или видеозапис в интернет или по други канали без негово съгласие, кражба на самоличност, разпространение на слухове в социалните мрежи др.

## 2. Насоки за учителя, станал свидетел на насилие:

- Ако станете свидетел на проява на тормоз, я прекратете незабавно!
- Запазете самообладание!
- Опитайте се да разделите насилника и жертвата!  
Говорете тихо и спокойно!  
Потърсете помощ от психолога, педагогическия съветник, друг учител или служител!  
Не се опитвайте да обвинявате детето-насилник!

- Проведете разговор с децата! Направете го по отделно за всяко дете!

- Не давайте лекарства на децата без да се консултирате с медицинското лице в училището, личния лекар и родител на детето!
- Не оказвайте на детето помощ, за която не сте обучени, за да не предизвикате по-големи увреждания!
- При необходимост потърсете помощ на телефон 112! Не оставяйте детето само!

### 3. Насоки за ученика, станал свидетел на насилие:

3.1 Ако станеш свидетел на проява на тормоз, опитай се да я прекратиш! Не бъди безучастен!

- Ако се станеш свидетел на физическо насилие /побой, заплаха/ между твои съученици в училище, на двора или по време на междучасие ВЕДНАГА уведоми дежурния учител или най-близко намиращия се до теб.
- Ако станеш свидетел на насилие в училище и за пострадалия има реална опасност за здравето и живота ВЕДНАГА позвъни на 112 или помоли друг съученик да го направи!
- Ако си станал свидетел на насилие сподели с психолога, педагогическия съветник или друг учител на когото имаш доверие.
- Сподели с родителите си. Те ще ти помогнат и посъветват!

3.2 Ако ти самият станеш жертва на насилие:

- Опитай се да останеш спокоен и да запазиш самообладание!
- Гледай насилника в очите и се опитай да му говориш тихо и спокойно! Не му крещи и не го предизвиквай, за да се избегне по-голям конфликт!
- Помоли съученик или друг присъстващ на инцидента да извикат учител или друг служител!
- Ако си претърпял насилие **НЕЗАБАВНО** след това потърси помощ от психолога педагогическия съветник, учител, родител, медицинското лице в училище или личния лекар!
- Обади си на телефон 112, в случай че си на улицата и няма никой при теб и съобщи какво се е случило и къде се намиращ в момента!
- Потърси помощ от социален работник към отдела за закрила на детето!/За да го откриеш помоли учител, на когото имаш доверие да те придружи до отдела в твоето населено място/
- Ако станеш жертва на насилие в интернет пространството-някой те обиди, заплашва, унижава или те кара да правиш неща, които не желаш ВЕДНАГА съобщи на родителите си или на учител, на когото имаш доверие! Сподели!
- Ако съученик ти сподели, че е станал жертва на насилие-НЕЗАБАВНО уведоми класния ръководител, медицинското лице в училище, психолога педагогическия съветник, учител на когото имаш доверие или директора на училището, за да му окажат необходимата помощ!
- Не прикривай насилие!

