

ДЕН на РОЗОВАТА ФЛАНЕЛКА в ЦМШГ“Св.Кл.Охридски“ (Pink Shirt Day)

23.02.2022г.

**„Агресията ражда агресия,
а любовта – любов“**



ДЕН ЗА БОРБА С ТОРМОЗА И НАСИЛИЕТО В УЧИЛИЩЕ



Малко история - ето как е стартирала тази инициатива

Всяка година последната сряда на февруари е известна като Ден за борба с тормоза в Канада. Той е познат също и като “Ден на розовата фланелка”. На този ден учениците носят розово, за да символизират своята позиция и неприемане на тормоза в училище. Всичко е започнало като протест срещу инцидент свързан с тормоз в едно училище в канадската провинция Нова Скотия. Тогава събитието е организирано от двама ученици – Дейвид Шепърд и Травис Прайс.

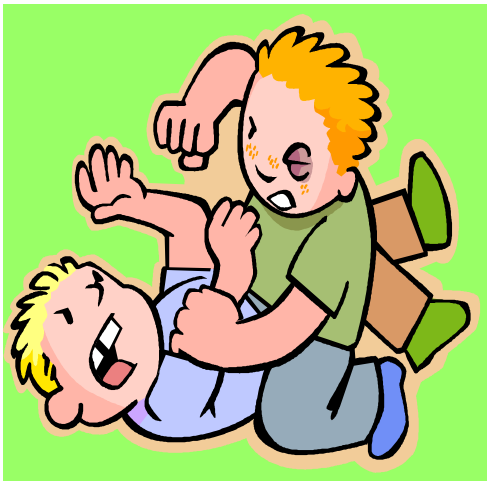
При откриването на учебната година през септември 2007 г. в тяхното училище група по-големи ученици са се подигравали и тормозили един деветокласник, че дошъл на училище облечен с розово поло, докарвайки го до плач. На следващия ден споменатите по-горе двама ученици решили да купят и разпространят сред съучениците си 50 розови тениски в подкрепа на тормозения техен съученик. Тази тяхна инициатива бързо станала популярна сред учениците от други училища чрез sms-и, емейли, както и след публикации в печатните медии и предавания по телевизията.

През 2008 г. премиерът на Британска Колумбия Гордън Кембъл обявява 27 февруари за ден срещу тормоза в училище.

На следващата година на 25 февруари 2009 година също много ученици честват този ден идвайки в училище по розови тениски и други розови дрехи, на които пише “тормозът спира тук” и „Ден на розовата фланелка”. Скоро тази инициатива на канадските ученици се подема и от хиляди училища по целия свят и през 2011 г. ок. 1 млн. ученици от над 25 страни честваха този ден.

Какво е тормоз?

- ▶ Тормозът е конкретен вид агресивно поведение
- ▶ Винаги е насочен към живо същество
- ▶ Отпада случайността. Той е целенасочен и се прилага съзнателно
- ▶ Тормозещият е наясно, че причинява физическа или душевна болка, че кара жертвата си да се чувства зле, и именно това е целта му.
- ▶ Тормозещите рядко имат чувството, че вършат нещо нередно. Обикновено те си мислят, че жертвата им си го заслужава или ги предизвиква да се държат така с нея
- ▶ Тормозът е злонамерено поведение, повтарящо се многократно



Физически



ВИДОВЕ ТОРМОЗ

Вербален

Социален
(индиректен)

Психологически

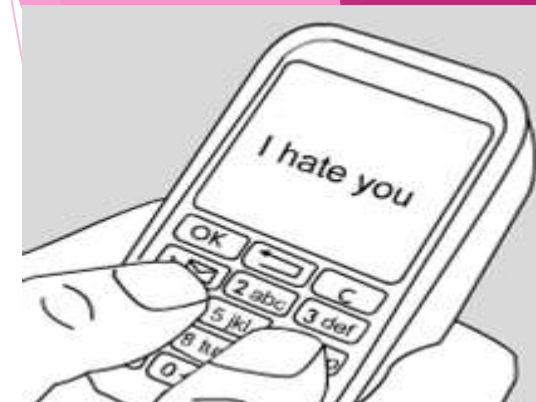


Видове тормоз

- **Физически тормоз**– например, блъскане, щипане, разрушаване, удряне, нанасяне на болка, спъване, затваряне в някое помещение;
- **Вербален тормоз**– словесни изрази, които имат за цел унижат и оскърбят детето на база раса, пол, религия, сексуалност, увреждане или друго, с което се подчертава различие от останалите. Включва подмятания, подигравки, унижение, заплахи, обиди;
- **Психически тормоз**– например, подмятане, подиграване, закачане, омаловажаване, заплахи, изнудване, повреждане на имущество, кражба и хвърляне на вещи, заплашителни погледи, неприятелско следене;
- **Социален тормоз**– например, избягване, игнориране, изключване от дейността, одумване и разпространение на зловни слухове, натиск върху другите да не влизат в приятелски отношения с децата, обект на тормоз, изолиране;
- **Сексуален тормоз**– представлява всяка форма на нежелано словесно, несловесно или физическо поведение със сексуален характер, имащо за цел или водещо до накърняване на достойнството на лицето. Включва измислянето на сексуализирани прякори или имена, коментари за външността на някой и подигравки със сексуално значение, неподходящо докосване, бележки и надписи със сексуално съдържание и т.н. до по-екстремни форми на нападане и насилие.

Тормозът може да се случва както във **физическата среда**, така и във **виртуалната среда** (кибертормоз).

Бурното развитие на електронните комуникации през последните години доведе до нарастване на проявите на насилие, които се извършват чрез интернет или мобилен телефон.



Кибернасилието и кибертормозът се осъществяват в дигитална среда. Включват създаване и разпространение на обидни, заплашителни и подигравателни снимки и текстови съобщения, които уронват достойнството на детето или го унижават. Може да става дума за снимането на дете с мобилен телефон и разпространяването на снимки или видеозапис без негово съгласие, кражба на самоличност/профили, обиди, разпространение на слухове в социалните мрежи и др. Тези действия са изключително травматизиращи, защото запечатват и популяризират акта на насилие.

Участници в ситуации на тормоз

Ученикът-насилник: това е онзи ученик, които търси жертвата, започва насилието и играе лидерска роля;

Последовател или привърженик: това е ученик с положително отношение към извършваното насилие и играе активна роля, но не е способен да започне насилието и/или да играе лидерска роля;

Подкрепящи или пасивни насилници: тези ученици активно и открито поддържат насилието. Например: със смях или поддържане на вниманието към ситуацията, но без да се включват в нея.

Пасивно подкрепящи или възможни насилници: тези ученици харесват насилието, но не дават видими знаци на подкрепа

Свободни зрители: това са ученици които не са въввлечени, не взимат страна и не участват активно в нито една насока (те може да мислят или казват: “Това не е моя работа” или “Нека погледаме и ще видим какво ще стане”)

Възможни защитници: тези ученици не харесват насилието и мислят как да помогнат на ученика жертва, но не правят нищо

Защитници: те не харесват насилието и помагат или се опитват да помогнат на жертвата.



Последствия за жертвите на тормоз:

Краткосрочни

- ▶ Чувстват се нещастни и потиснати през повечето време;
- ▶ Имат ниски самооценка и самочувствие, тоест има голям риск да се подценяват и да са склонни да приемат, че са незначителни и “по-ниска категория” хора;
- ▶ Чувстват се отхвърлени, изолират се от другите деца, трудно създават приятелства и общуването им с връстниците като цяло е много затруднено;
- ▶ Понякога се стига до соматични оплаквания;
- ▶ Понякога се превръщат в “тормозени насилници”

Последствия за жертвите на тормоз:

Дългосрочни

- ▶ Повишен риск от емоционални разстройства, например депресия и тревожност;
- ▶ Влошена способност изобщо да се общува с хора, включително и в сферата на интимното общуване. Жертвите на тормоз много трудно създават отношения на близост и на доверие. Това може да се окаже проблем не само в личния, но и в професионалния живот;
- ▶ Риск от предаване през поколенията (най-вече чрез предаване на собствената неувереност и неспособност за справяне със ситуация на агресия и тормоз) – хората, които са били обект на тормоз в училище, е по-вероятно да имат деца, които на свой ред да бъдат жертви.

Последствия за мъчителите

- ▶ нарушават правилата на поведение не само в училище, но обикновено и вкъщи, на улицата, на всякакви обществени места;
- ▶ голяма е вероятността да имат проблеми с полицията не само в юношеска възраст, но и като възрастни, тъй като агресивното поведение често се запазва като стабилна тенденция в поведението;
- ▶ има висок риск от предаване през поколенията – собствените им деца често проявяват високо равнище на агресия;
- ▶ имат трудности при създаването на нормални, пълноценни взаимоотношения с връстниците си. Голяма част от тях приемат света като грубо, безкомпромисно място, където не е важно да бъдеш приет, да получаваш и да даваш доверие, близост, разбиране и подкрепа. Те остават ограничени в модела на налагане -подчиняване и отношението им към другите се основава на недоверие и очакване за враждебност или провокация. Това се отнася както до връстниците им, така и до родителите и възрастните, а по-късно и в професионалните отношения, интимните отношения, семейството, което самите те създават;

Последствия за мъчителите

- ▶ пренебрегват правата на другите и лесно настройват хората срещу себе си.
- ▶ като възрастни за тях са характерни по-високи равнища на депресия;
- ▶ формират изкривена представа за значимостта на собствената си личност;
- ▶ при тях е повишен рискът да не завършат училище и да не си намерят подходяща работа;
- ▶ за тях е по-вероятно да употребяват алкохол, да мамят по време на изпити, дори да носят оръжие в училище;



Последствия за пасивните наблюдатели и помагачите

- ▶ изпитват неяснота по отношение на собственото място в отношенията с другите;
- ▶ свикват с тормоза и го възприемат като естествен и нормален вид отношения, който приемат за уместен, и смятат, че нито имат силата, нито желанието да променят



АКО СИ СВИДЕТЕЛ НА ТОРМОЗ:

Можеш да помогнеш да спре тормоза в училище

- Ако ситуацията позволява, намеси се – кажи твърдо на насилника да спре. Предупреди го, че ще докладваш.
- Ако в тормоза участват повече хора, на всяка цена сигнализирай на някого – учител, родител или друг възрастен. Утре в същата ситуация може да попаднеш и ти. Тормозът продължава да съществува до голяма степен и заради мълчанието и ненамесата на околните. Това е един вид подкрепа за агресорите, които започват да смятат, че са ненаказуеми. Колкото повече ученици се противопоставят на тормоза, толкова по-малко ще са жертвите.

Ако те тормозят:

Не се предавай! Има начини да се спре тормоза!

- ❖ Помни, че вината не е твоя и има хора, които могат да ти помогнат. Не се обвинявай за това, което се е случило.
- ❖ Бъди твърд – погледни агресора в очите и ясно му кажи да спре!
- ❖ Махни се от ситуацията възможно най-бързо!
- ❖ Сподели с човек, на когото имаш доверие. Обясни какво се случва.
- ❖ Разкажи на родителите си.

Ако обичаш да тормозиш другите:

Основният въпрос, на който трябва да си отговориш е
– защо го правя?

Би ли искал и с теб да се държат по този начин и как
би се почувствал?



Възможни последици в бъдеще за младежи, които не са се научили да контролират агресивното си поведение и не са развили в себе си способност за състрадание и съчувствие

-Агресивното поведение става основен начин на общуване с околните и се утвърждава с напредване на възрастта. С годините тормозещите деца откриват, че това е начинът да си извоюват „уважението“ на другите деца. Те не развиват умения за приобщаване към другите по мирен, дружелюбен начин. В следствие на това голяма част от тях стесняват възможните си контакти.

-25% от децата, упражнявали тормоз над връстници в училище, до 30-годишна възраст вече имат досие в полицията. Тези деца смятат, че с агресивно поведение си спечелват уважението на околните. Истината е, че това не е уважение, а страх. И тъй като връстниците им се страхуват от тях, започват да ги избягват. Така, постепенно тормозещите се озовават в различна приятелска среда, на младежи с антисоциално поведение, което предопределя по-нататъшния им път към престъпния свят.

-Децата, упражняващи тормоз, не са любимци на учителите заради честите проблеми, които създават. От друга страна - им спада успехът и се понижава мотивацията за учене.

-Като пораснали вече хора те имат достъп до по-нископлатена работа. Отпадналите от училище и младежите с нисък образователен ценз са сред безработните или работещите за ниско месечно възнаграждение. Крачката към престъпния свят, обещаващ по-високи доходи, става доста лесна.

-Когато станат родители, вероятността да бъдат агресивни с децата си е много висока.



Ден на розовата фланелка

Световен ден за борба с тормоза в училище

НЕ на тормоза в училище!

НЕ бъди безразличен! Бъди различен! Бъди добър!

НЕ на агресията, но не само за ден!

Подари усмивки, а не сълзи!