



Трябва да
знаеш, че

Тормозът не е "просто шега", това е поведение, което причинява страдание, унижение и изолация.

Тормозът не е "част от живота" - той не бива да се приема.

Само, когато хората противодействат на тормоза, ситуацията може да се промени.

Никой не заслужава да бъде тормозен. Ако си жертва на тормоз - проблемът не си ти!

Ако си свидетел на тормоз, съобщи на учител или на друг възрастен, на когото имаш доверие.

Ако си мълчиш и не реагираш, ти допринасяш за страданието на жертвата, която остава изолирана и безпомощна.

Когато оставаш мълчалив свидетел на тормоз върху другите и не реагираш, това няма да предотврати, ти или други ученици, да се озовете в ролята на жертви по-късно.

Ако си жертва на тормоз, непременно говори с учител, родител или приятел.

ТОРМОЗЪТ -
Нека поговорим
за него!



КАКВО ОЗНАЧАВА ТОРМОЗ В
УЧИЛИЩЕ?

Тормозът е обидно или агресивно поведение на един или повече ученици в рамките на една група, което се повтаря във времето.

Целта му е да нарани някого, да установи контрол и упражни власт върху жертвата.

Такова поведение може да приеме формата на физическо, вербално или психологическо насилие, което се повтаря и е насочено срещу един или повече хора..



Erasmus+

с подкрепата на Европейската комисия