BULLYING

Nem játék. Ez fáj.

Mi az a bullying?

A **bullying** (iskolai zaklatás) egy szándékos, ismétlődő bántalmazás, amely során valaki erőfölényt használva megaláz, kirekeszt vagy fizikai, verbális, illetve online bántalmazást követ el másokkal szemben.



A BULLYING NEM ERŐSSÉG, HANEM GYÁVÁSÁG!

A bullying formái

- **Verbális bántalmazás** (csúfolás, sértegetés, gúnyolás, fenyegetés).
- **Fizikai bántalmazás** (lökdösés, ütés, rúgás, rongálás).
- **Szociális bántalmazás** (kiközösítés, pletyka, barátokból való kirekesztés).
- **Online bántalmazás** (cyberbullying – lásd külön lent).

A bullying és a ciberbullying nem csak „vicc", hanem valódi sérülést okozhat!

Mi az a ciberbullying?

A ciberbullying az online térben történő zaklatás, amelyet főként a közösségi médián, chatalkalmazásokon, játékokban vagy üzeneteken keresztül követnek el.

A ciberbullying típusai:

- **Zaklató üzenetek** (gyalázó, fenyegető, sértő üzenetek).
- **Kiközösítés online** (csoportokból való eltávolítás, megosztásokból való kizárás).
- **Képek, videók megosztása engedély nélkül** (vagy hamis tartalmak terjesztése).
- **Álcázás, hamis profilok** (valaki más nevében való zaklatás, megtévesztés).
- **Bántó kommentek, lejáratás** (szégyenítés, rágalmazás, megalázás).
- **Online kirekesztés** (csoportos chatből való kizárás, üzenetekre nem válaszolás).

MERJ SEGÍTSÉGET KÉRNI!

Nem vagy egyedül! Beszélj valakivel, akiben megbízol – szülővel, tanárral, baráttal vagy iskolapszichológussal!

TÁMOGATÁS | EMPÁTIA | BIZTONSÁG | KÖZÖSSÉG

Egy kedves szó is változást hozhat!

LEGYÉL BÁTOR! ÁLLJ KI MÁSOKÉRT IS!

Vas Megyei Rendőr-főkapitányság Bűnmegelőzési Alosztálya