

19 DNI

PRZECIWKO PRZEMOCY

I

KRZYWDZENIU

DZIECI I MŁODZIEŻY



CZYM JEST PRZEMOC ?

Przemoc to intencjonalne i zamierzone działania człowieka, które mają na celu fizyczne lub psychiczne cierpienie, a także wywarcie wpływu na inną osobę, zmuszenie jej do postępowania zgodnie z wolą agresora.



RODZAJE PRZEMOCY

FIZYCZNA

- bicie
- kopanie
- szarpanie
- popychanie

PSYCHICZNA

- obrażanie
- wyzywanie
- wyśmiewanie
- krytykowanie
- zastraszanie

EKONOMICZNA

- niszczenie rzeczy
- kradzież
- zabieranie pieniędzy
- używanie przedmiotów bez pozwolenia

SEKSUALNA

- ocenianie wyglądu
- dotykanie miejsc intymnych
- zmuszanie do czynności seksualnych
- gwałt

ZANIEDBANIE

- niezaspakajanie podstawowych potrzeb (jedzenia, ubrania)
- brak pomocy w przypadku choroby

PRZEMOC A AGRESJA - DWIE PODSTAWOWE RÓŻNICE

AGRESJA

- może być skierowana wobec innych, ale też wobec samego siebie (autoagresja)
- równowaga sił pomiędzy ofiarą, a agresorem

PRZEMOC

- tylko skierowana wobec innych
- brak równowagi sił (osoba mająca przewagę psychiczną lub fizyczną używa jej przeciwko słabszej)

SKUTKI PRZEMOCY

• FIZYCZNEJ •

- obrażenia ciała (siniaki, stłuczenia, poparzenia, złamania)
- zespół stresu pourazowego
- lęki, napady paniki
- bezsenność
- zaburzenia psychosomatyczne



• PSYCHICZNEJ •

- niskie poczucie własnej wartości
- brak poczucia sprawczości
- uzależnienie od prześladowcy
- izolacja, ciągły strach i stres
- zaburzenia snu
- choroby psychosomatyczne

• SEKSUALNEJ •

- obrażenia fizyczne
- obniżona samoocena
- poczucie braku atrakcyjności
- uczucie upokorzenia
- zaburzenia seksualne
- brak zaufania do płci sprawcy przemocy

• EKONOMICZNEJ •

- całkowita zależność finansowa
- niezaspokojenie podstawowych potrzeb życiowych
- niska samoocena
- poczucie bezużyteczności
- bieda

JEŻELI JESTEŚ OFIARĄ PRZEMOCY

Nie ukrywaj przemocy! Przerwij milczenie! Nie pozwól, by lęk zmuszał Cię do bezczynności!

Masz takie same prawa jak inni ludzie - przede wszystkim masz prawo do godnego życia!

Nie wierz w obietnice sprawcy! Przypomnij sobie ile razy już nie dotrzymał danego Ci słowa?

Nie odkładaj niczego na później - podejmij działanie jak najszybciej, by zmienić swoje życie.

**Nie bój się prosić o pomoc osoby, którym ufasz! Nie pozwól, by sprawca został bezkarny,
nikt nie ma prawa krzywdzić drugiego człowieka!**

GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

Niebieska Linia

Tel. 801 12 00 02

**Numer
alarmowy**

Tel. 112

**Bezpłatny kryzysowy telefon
zaufania dla dzieci i młodzieży**

Tel. 116 111

**Bezpłatny telefon zaufania
dla dzieci i młodzieży
Rzecznika Praw Dziecka**

Tel. 800 12 12 12

POMOC

