



Mesto Košice – Mestská polícia Košice

Tr. SNP č. 48/A, 040 11 Košice

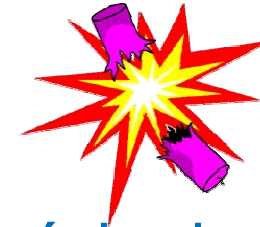
Kriminálna prevencia pre deti a mládež (II. časť)

Ing. Slavomír Pavelčák – Roman Jabrik





1. Riešenie konfliktov



Určite sa Ti stáva, že sa dostaneš do situácie, kedy si na svojho kamaráta, priateľa alebo niekoho iného nahnevaný. Ponúkame Ti zopár rád, ako takéto situácie riešiť:

- V prvom rade, ak sa s niekým dostaneš do sporu alebo konfliktu, určite nepoužívaj fyzické násilie. Nezabúdaj, že **„násilie plodí iba násilie“**.

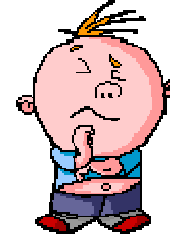


Uvedom si, že ak budeš riešiť konflikt násilným spôsobom, je celkom možné, že prídeš o kamaráta alebo priateľa, na ktorom Ti záleží. Takisto mu môžeš spôsobiť vážnu ujmu na zdraví, možno aj s trvalými následkami.





Ako teda riešiť konflikty ?



- Zhlboka sa nadýchni a snaž sa ukludniť. Ak sa Ti to nedarí, skús si predstaviť niečo príjemné alebo pomaly počítaj do desať.
- Pokiaľ je kamarát alebo priateľ nahnevaný, skús ho upokojiť.
- Porozprávajte sa o spoločnom probléme, povedz mu, ako sa cítiš, a že Ťa spor medzi Vami trápi. Spoločne nájdite dôvody vzniku konfliktu a skúste nájsť jeho riešenie.
- Ak sa problém nedá vyriešiť ihneď na mieste, porozmýšľaj o ňom v klude (zisti, prečo problém vôbec vznikol a možnosti jeho vyriešenia).





- Z možných riešení problému vyber také, ktoré je podľa Teba najlepšie (nezabudni porozmýšľať nad tým, ako na Tvoj návrh bude asi reagovať druhá strana) a uskutočni ho.
- Pokiaľ problém nevieš vyriešiť sám, porozprávaj sa o ňom s osobou, ktorej dôveruješ. Možno Ti poradí, ako problém vyriešiť.



- Nauč sa vážiť si nielen seba, ale aj svoje okolie, buď tolerantný voči druhým a akceptuj názory u iných.





2. Šikanovanie

Šikanovanie je akékoľvek chovanie, ktorého zámerom je ublížiť, ohroziť, ponížiť alebo zastrašiť iného človeka či skupinu ľudí. Možno si sa už vo svojom okolí stretol s takýmito prejavmi, preto Ti poradíme, čo robiť v týchto prípadoch:



- Nikto nemá právo ubližovať, vydierať alebo ponižovať Teba, Tvojich kamarátov alebo spolužiakov.
- Nemaj pocit viny, že si obeťou šikanovania, lebo chyba nie je v Tebe, ale u toho, ktorý Ťa šikanuje.
- Provokatívne poznámky ignoruj alebo sa nad nimi zasmej. Provokátéra to časom prestane baviť.





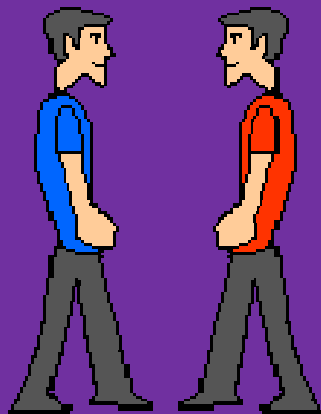
- V prípade ponižovania, vydierania a pod. vyjadri jasne a stručne svoj názor, že Ti takéto správanie prekáža a nebudeš ho akceptovať.
- Nenechaj sa zastrašiť, aj keď je agresor vyspelejší alebo je agresorov viac.
- Nájdí si kamarátov, ktorí majú podobný problém a skúste proti šikanovaniu postupovať spoločne.
- Zaznamenaj si, kedy, kde, kto a akým, spôsobom Ťa šikanoval.
- Ak šikanovanie neprestáva, nemlč a povedz o tom dospelšej osobe, ktorej dôveruješ (rodičovi, učiteľovi...).
- Šikanovaniu by sa malo zabrániť a útočníkom by ich otrasné správanie nemalo beztrestne „prechádzať“.
- **Nezabúdaj, že zajtra môžeš byť obeťou šikanovania aj TY!**





3. Domáce násilie

Násilie môže zažiť ktokoľvek a kdekoľvek, či už na ulici, vo verejných priestoroch, v škole a pod. Väčšina násilných činov sa však pácha doma v rodine. Preto sa takéto násilie všeobecne označuje ako domáce násilie alebo násilie v rodine. Najčastejšie formy domáceho násilia sú:



- ☀ **fyzické násilie** (udieranie, kopanie, bitie, rôznymi predmetmi, ťahanie za vlasy ...),
- ☀ **psychické násilie** (vulgárne nadávanie členovi rodiny, klamlivé obviňovanie ...),
- ☀ **sexuálne násilie** (sexuálne obťažovanie, ohmatávanie pohlavných orgánov ...),
- ☀ **ekonomické násilie** (nútenie k žobraniu, nútená práca, prostitúcia a pod.).





Ak si obeťou alebo svedkom takého to násilného správania aj v Tvojej rodine, prečítaj si nasledujúce rady:

- ☀ Nikto nemá právo Ťa násilím nútiť k činnostiam, ktoré sú Ti nepríjemné.
- ☀ Každá forma násilia je na území Slovenska trestná, platí to aj o násilí medzi členmi rodiny.
- ☀ Nepodliehaj pocitom beznádeje. Nezabúdaj, že každý problém sa dá vyriešiť.
- ☀ Východisko zo situácie nehľadaj v užívaní drog alebo alkoholu.
- ☀ Schovaj sa alebo uteč, keď Ťa bijú, alebo Ti ubližujú.
- ☀ Ak si zranený, vyhľadaj lekársku pomoc.
- ☀ Povedz o tom iným dospelým, ktorým veríš alebo aspoň kamarátovi, prípadne zavolaj na Linku dôvery.





4. Bezpečný internet

Internet prináša pre jeho používateľov celý rad výhod ale zároveň aj niekoľko nebezpečenstiev. Medzi hlavné nebezpečenstvá internetu patria stránky s nebezpečným obsahom, internetové podvody, zneužitie osobných údajov a pod. Preto ak chceš pracovať na internete bezpečne, mal by si dodržiavať tieto zásady:



- Dohodni si s rodičmi pravidlá pre používanie internetu a dodržiuj ich.
- Neponúkaj nikomu osobné údaje o sebe a Tvojej rodine, ak nevieš, kto o ne žiada a na aké účely budú použité. Predtým sa o vhodnosti ich použitia poraď s rodičmi.





- Pokiaľ poskytuješ svoje osobné údaje na základe sprístupnenia určitých služieb, vyplňuj iba povinné údaje. Buď nanajvýš opatrný.
- Neukladaj osobné údaje, informácie alebo heslá v Tvojom internetovom prehliadači alebo v iných programoch pripojených na internet.
- Pri čítaní maj na pamäti, že nikdy nevieš, kto je na druhej strane a nie všetko čo Ti povie je pravdivé.
- Je nebezpečné stretávať sa s cudzími ľuďmi, ktorých poznáš iba z internetu. Ak ideš na schôdzku s takýmto človekom, povedz o tom svojim blízkym.
- Ak dostaneš vulgárne, neslušné, násilné alebo výhražné e-mailové správy, ihneď to oznám rodičom.
- Nenavštevuj stránky s pornografickým alebo násilným obsahom, kde je schvaľovaná akákoľvek diskriminácia.





5. Škodlivé návykové látky

- ☀ Dnes už každý vie, že cigarety, alkohol a návykové látky sú škodlivé. Nie však každý ale vie ako sa proti užívaniu týchto látok brániť.
- ☀ Prečo každý, kto Ti ponúka cigaretu, alkohol alebo iné návykové látky, Ti nepovie aj to, že ich konzumácia sa časom zmení na konzumáciu pravidelnú a nezriedka končiacu i smrťou ?
- ☀ Pamätaj, že existuje veľmi veľa dôvodov, ako povedať na ponúknutú cigaretu **"NIE,,** .
- ☀ Pamätaj i na to, že tí, ktorí Ti cigaretu alebo alkohol ponúkajú a hovoria, že Ty už môžeš fajčiť alebo piť, to nerobia pre Tvoj prospech ale pre svoj. Reklama nemyslí na Tvoje dobro ale na svoj zisk. Neobetuj svoje zdravie pre peniaze iných.





- ☀ Nie je pravdou ani to, že môžeš kedykoľvek prestať s ich konzumáciou. Dnes už každý vie, že to nie je pravda a je to i vedecky dokázané.
- ☀ Dnes už každý vie, že keď fajčíš nie si dospeljší. Práve naopak, lebo si nedokázal odolať. Dokáž svoju vyspelosť tým, že niečo dosiahneš v športe, v umení alebo v škole. Dnes je moderný ústup od fajčenia.
- ☀ Opýtaj sa známych, rodičov alebo priateľov nech Ti povedia prečo fajčia. Uvidíš, že keď budú úprimní, nebudú Ti presne vedieť povedať prečo. Len vedia, že nevedia prestať fajčiť.
- ☀ Pod vplyvom alkoholu alebo iných návykových látok môžeš vykonať i také činy, ktoré Ti nie sú vlastné. Ty predsa nepripustíš, aby bolo pivo, cigareta droga silnejšie ako Tvoj charakter a myslenie.

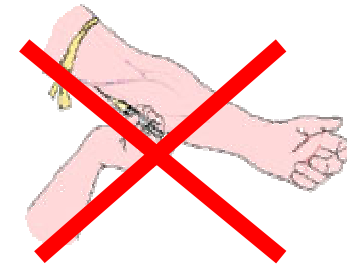


6. Povedz drogám „NIE“



- Závislý človek sa drogy nedokáže sám bez pomoci zbaviť. Vzniká potreba a nutkanie pravidelne brať drogu a získavať ju akýmkoľvek spôsobom.
- Pre drogu a s drogou sa mnohí dopúšťajú násilia a rôznej trestnej činnosti. Ublížujú sebe, rodine i blízkeho okoliu.
- Drogy sú realitou a nedotýkajú sa iba detí a mládeže ale všetkých. Deti a mládež sú jednou z najohrozenejších rizikových skupín pretože závislosť organizmu, ktorý sa vyvíja, vzniká niekoľkonásobne rýchlejšie ako u dospelého.





- Drogová závislosť je choroba, ktorú je potrebné liečiť a dlhodobo odstraňovať jej následky. Znie to ako fráza, ale najlepšie a najúčinnnejšie je nezačať a neskúšať ju.
- Buď hrdý na to, že drogy neberieš. To dokáže iba silný a vyrovnaný človek.
- Nauč sa povedať „*Nie , Nechcem , Môžem odmietnuť* “. Odolaj nátlaku i lákavej ponuke. Prvá dávka môže byť zdarma, ďalšie Ti zoberú všetko.
- Nenahováraj si – to sa mi nemôže stať. Nikto nie je imúnny. Voči drogám neexistuje očkovacia látka.
- Predchádzaj nude a nečinnosti. Nevhodne strávený voľný čas a zvedavosť podporujú túžbu skúsiť niečo nové, nedovolené, riskantné. Naopak – nauč sa žiť zdravo.





Záverečný test

1. Ako sa zachováš, keď sa na Teba nahnevá spolužiak?

- a) vykričím sa na neho a pustím sa s ním do bitky**
- b) rozplačem sa a poviem to učiteľke**
- c) skúsim ho upokojiť a porozprávam sa s ním o spoločnom spore**

2. Aké je tiesňové telefónne číslo na Hasičský a záchranný zbor?

- a) 159**
- b) 150**
- c) 155**





3. V triede Ťa začne ponižovať spolužiak. Ako budeš reagovať?

- a) utečiem zo školy domov**
- b) budem sa správať ako on a ak s tým neprestane, tak sa s ním pobijem**
- c) poviem mu, že mi jeho správanie prekáža a nebudem ho akceptovať**

4. Aké je tiesňové telefónne číslo na Policajný zbor?

- a) 158**
- b) 160**
- c) 159**





5. Cez prestávku Ti spolužiak ponúkne cigaretu. Čo urobíš?

- a) vezmem si ju od neho a spoločne si zafajčíme**
- b) odmietnem so slovami, že nefajčím**
- c) zo slušnosti odmietnem, ale ak bude naliehať, tak si ju vezmem**

6. Aké je tiesňové telefónne číslo na Záchrannú lekársku službu?

- a) 165**
- b) 158**
- c) 155**

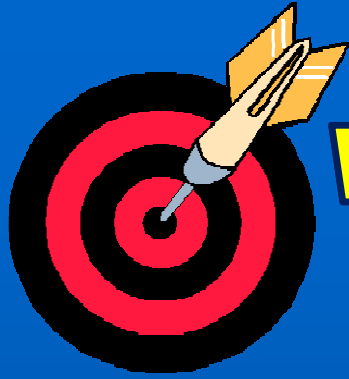




Z. Dostal si od neznámej osoby výhražný e-mail. Čo urobíš?

- a) oznámim to rodičom a poradím sa s nimi o ďalšom postupe**
- b) odpíšem mu v podobnom štýle**
- c) dohodnem si s ním stretnutie a fyzicky si to s ním vybavím**





Výsledky závěrečného testu



1. c)

4. a)

7. a)

2. b)

5. b)

3. c)

6. c)





Záver

Cieľom tejto prezentácie bolo predviesť žiakom spôsoby ako sa ochrániť na ulici pred možným nebezpečenstvom.

Tento materiál vznikol vďaka finančnej podpore Rady vlády SR pre prevenciu kriminality v rámci projektu „Kriminálna prevencia pre deti a mládež“.

