

Pagkilala sa Mga Palatandaan ng Bullying

Kung sa palagay mo ang isang taong sinusuportahan mo ay binu-bully, huwag pansinin ang mga palatandaan! Ang pambu-bully ay maaaring magdulot ng malubhang pinsala at hindi dapat gaanong gaanong gaanong masaktan. Kaya, kung nakikita mo ang hindi maipaliwanag na mga pagbabago sa kanilang pag-uugali, tanungin ang tao tungkol sa kung ano ang nangyayari.



karaniwang mga palatandaan ng pang-aapi:

- hindi maipaliwanag na mga pinsala
- Nawala o nawasak na damit, libro, elektronika, hiyas
- mga reklamo ng madalas na sakit ng ulo o mga sakit sa ulo
- mga pagbabago sa gawi sa pagkain
- kahirapan sa pagtulog o madalas na bangungot
- sariling pag-uugali sa sarili, tulad ng pagtakas o pagpinsala sa kanilang sarili

Icons made by Pixelperfect from www.flaticon.com



Pagkilala sa Mga Palatandaan ng Bullying

Kung sa palagay mo ang isang taong sinusuportahan mo ay binu-bully, huwag pansinin ang mga palatandaan! Ang pambu-bully ay maaaring magdulot ng malubhang pinsala at hindi dapat gaanong gaanong gaanong masaktan. Kaya, kung nakikita mo ang hindi maipaliwanag na mga pagbabago sa kanilang pag-uugali, tanungin ang tao tungkol sa kung ano ang nangyayari.



karaniwang mga palatandaan ng pang-aapi:

- hindi maipaliwanag na mga pinsala
- Nawala o nawasak na damit, libro, elektronika, hiyas
- mga reklamo ng madalas na sakit ng ulo o mga sakit sa ulo
- mga pagbabago sa gawi sa pagkain
- kahirapan sa pagtulog o madalas na bangungot
- sariling pag-uugali sa sarili, tulad ng pagtakas o pagpinsala sa kanilang sarili

Icons made by Pixelperfect from www.flaticon.com

