

Памятка для подростков "Как не стать жертвой насилия"

Если вы не хотите стать жертвой насилия, соблюдайте несколько правил:

- Собираясь провести вечер в незнакомой компании, возьмите с собой приятеля, в котором вы уверены
- В начале вечеринки предупредите всех, что не уйдете не попрощавшись. Если вы покидаете компанию с кем-то, то скажите друзьям, с кем
- Доверяйте своей интуиции. Если вы ощущаете психологический дискомфорт, то это может быть потому, что вы не чувствуете себя в безопасности
- Установите для себя четкие пределы: чего вы хотите, а чего не позволите
- Сохраняйте способность принимать ясные решения и правильно реагировать в любой ситуации
- Ведите себя уверенно. Вы имеете право думать и заботиться о себе, даже если этим вы можете задеть чувства другого человека
- Если есть возможность, чтобы вас встретили или забрали с вечеринки, то воспользуйтесь ею (это придаст вам большей уверенности, и вы сможете лучше контролировать свои действия). Не пользуйтесь в одиночку услугами частного транспорта. В этом случае попросите провожающего запомнить или записать номер автомашины-
- **ПОМНИТЕ**, что нет абсолютных способов защиты от потенциального сексуального насилия. Но существуют тревожные для вас знаки, которые могут насторожить, например неуважение к человеку, нарушение его личного пространства.

Будьте осторожны, если кто-то:

Находится к вам слишком близко и получает удовольствие от дискомфорта, который вы в связи с этим испытываете;

Пристально смотрит на вас и демонстративно разглядывает;

Не слушает того, что вы говорите, игнорирует ваши чувства

Ведет себя с вами как хороший знакомый, хотя это не так.

Если вы находитесь с кем-то, кто заставляет вас чувствовать себя дискомфортно, кто игнорирует ваши чувства или выказывает неуважение к вам каким-то другим способом, лучше немедленно прервать отношения с этим человеком.

- Обращая внимание на знаки подобного рода, вы можете уменьшить риск подвергнуться насилию не только на вечеринке, но и в других местах!- Такая ситуация может сложиться, когда вы встречаетесь с кем-то впервые, идете в кино или на дискотеку, находитесь в компании друзей или знакомых.
- Если вы находитесь с кем-то, кто заставляет вас чувствовать себя дискомфортно, кто игнорирует ваши чувства или выказывает неуважение к вам каким-то другим способом, лучше немедленно прервать отношения с этим человеком.

Отформатировано: Шрифт: 11 пт, полужирный, Цвет шрифта: Темно-синий

Отформатировано: слева: 1,75 см, сверху: (Другой, Темно-синий, 2 пт линия), снизу: (Другой, Темно-синий, 2 пт линия), слева: (Другой, Темно-синий, 2 пт линия), справа: (Другой, Темно-синий, 2 пт линия)

Код поля изменен

Отформатировано: Шрифт: 13 пт

Отформатировано: Шрифт: 13 пт

Отформатировано: Отступ: Слева: -0,63 см, Поз.табуляции: нет в 1,27 см

Отформатировано: без нумерации

Отформатировано: Шрифт: 14 пт, курсив, Цвет шрифта: Красный

Отформатировано: По центру, без нумерации

Отформатировано: Шрифт: курсив

Отформатировано: Шрифт: 14 пт, курсив, Цвет шрифта: Красный

Отформатировано: Шрифт: курсив

Отформатировано: Шрифт: 14 пт, курсив, Цвет шрифта: Красный

Отформатировано: Шрифт: 13 пт

Отформатировано: По левому краю, без нумерации

Отформатировано: По левому краю

Составитель: социальный педагог Т.В. Кудинова

Наш адрес и контакты:

Тульская область, Узловский район,
п. Каменецкий, ул. Театральная, дом 6а;

Тел.: (48731) 7-84-63

Тел./факс: (48731) 7-83-37

Электронная почта: kcon6.uzlovaya@tularegion.ru

Сайт центра: <http://uzlovaya-kcon6.ru>

