

- ⇒ 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.
- ⇒ Будь очень осторожен с людьми, предлагающими свою дружбу. Помни, что, когда ты чувствуешь себя одиноким или угнетенным, ты – простая цель для негодяя, который притворно будет заботиться о тебе.
- ⇒ Никогда не соглашайся, чтобы тебя фотографировали незнакомые люди, даже если они обещают сделать тебя знаменитым и говорят, что все знаменитости так начинали.
- ⇒ Всегда сообщай родителям, где Вы с друзьями собираетесь быть, и сообщай им об изменении планов.
- ⇒ Никто не имеет право прикасаться к тебе без твоего согласия. Не стесняйся сказать это тому, кто это попытается сделать.
- ⇒ НЕ УБЕГАЙ ИЗ ДОМА! Если жизнь дома невыносима, поговори с преподавателем или кем-то, кого ты уважаешь. Как только ты убежишь из дома, ты окажешься в руках людей, которые попытаются использовать тебя в наркобизнесе, порнографии или проституции.

***Не оставайтесь наедине со своими проблемами.
Единый общероссийский телефон доверия:
«8-800-2000-122»***

Бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Омской области «Омский музыкально-педагогический колледж»
(БПОУ «ОМПК»)

Памятка для обучающихся «Профилактика жестокого обращения с подростками»



г. Омск, 2022 г.

Жестокое обращение с детьми – это плохое обращение с детьми в возрасте до 18 лет и отсутствие заботы о них. Оно охватывает все типы физического и/или эмоционального жестокого обращения, сексуального насилия, пренебрежения, невнимания и эксплуатации в коммерческих или иных целях, что приводит к нанесению реального или потенциального вреда здоровью, выживаемости, развитию или достоинству ребенка в контексте взаимосвязи ответственности, доверия или власти.

Советы для подростков.

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

- ⇒ Никогда не принимай приглашения в безлюдные или неизвестные места.
- ⇒ Будь осторожен с людьми, предлагающими тебе работу со слишком хорошей оплатой. Если хочешь подработать, найди работу через знакомых.
- ⇒ Собираясь провести вечер в незнакомой компании, возьмите с собой приятеля, в котором вы уверены.
- ⇒ 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 чувство другого.
- ⇒ 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.
- ⇒ Нет совершенно верных 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, и игнорирует ваши чувства; ведет себя с вами как хороший знакомый, хотя это не так. 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; а также никогда не садись в автомобиль с незнакомцами.