



Насильство щодо дітей існує у всіх країнах світу й соціальних групах, не залежить від рівня доходів і етнічного походження, набуває різних форм, часто відбувається під прикриттям закону й держави.

Насильство над дітьми – це реальна загроза для розвитку суспільства. Адже жорстоке поводження з дітьми в подальшому формує з них соціально - дезадаптованих людей, нездатних створювати повноцінну сім'ю, бути гарними батьками, а також є поштовхом до відтворення жорстокості по відношенню до власних дітей.

Учні мали змогу переглянути презентації, відеоролики на тему: "Я у соціумі", "Діти без дитинства", а також отримали завдання з певними ситуаціями, спробували знайти шляхи їх вирішення. Наприкінці заняття вони отримали пам'ятки та рекомендації щодо запобігання насильства в сім'ях та соціумі.

ПАМ'ЯТКА ДІТЯМ

1. Пам'ятайте, що насильство над вами, здійснене вашими батьками, не є нормою життя. Насильство – неприпустима річ у стосунках людей.
2. У сім'ї ви маєте право на те, щоб до вас ставилися з повагою, не ображали.
3. Пам'ятайте необхідні правила безпеки: зокрема, не варто зразу ж кидатися на допомогу, коли тато б'є маму, особливо коли він з небезпечними предметами в руках; ваше завдання – якомога швидше сховатися, залишити домівку взагалі, покликати на допомогу дорослих, які краще знають, як діяти за таких обставин.
4. Ви маєте право на захист, якщо навіть найрідніші люди принижують вашу гідність.
5. Поділіться своїми проблемами з учителем, класним керівником, психологом; зверніться до міліції.
6. Не вірте у погрози з боку кривдників.
7. Ви маєте право висловлювати і відстоювати свою думку. Чітко і однозначно висловлюйте осуд щодо насильницької поведінки взагалі.
8. Знайте: коли вас постійно контролюють, принижують, примушують до чогось, використовують у спілкуванні з вами лайливі слова – це насильство.
9. Не вважайте, що ви заслужили на таке ставлення з боку дорослих. Ніхто, в тому числі ваші батьки, рідні, не мають права принижувати вас, поводитися жорстоко стосовно вас – це карається законом. У Сімейному кодексі (ст. 150, ч. 7) написано: «Забороняються фізичні покарання дітей батьками та інші види покарань, які принижують людську гідність. Дитина може подати позов до суду, до громадських організацій, якщо виховання не належне».
10. Навчіться розрізняти «Добро» і «Зло». Все, що принижує людську гідність, – є зло, все, що звеличує гідність людини, – добро.

РЕКОМЕНДАЦІЇ З ПОПЕРЕДЖЕННЯ СИТУАЦІЙ, У ЯКИХ МОЖЛИВЕ НАСИЛЬСТВО

1. Якщо вам відомий (відомі) теоретично можливий (можливі) насильник (насильники):

- навчіться розпізнавати почуття закоханості, поваги до вас та почуття надмірного сексуального збудження;
- за перших же ознак «надмірно чоловічого» до вас ставлення не відповідайте на пестоці. Будьте холодні й стримані з парубком, який намагається притиснутися до вашого живота, стегон, дайте зрозуміти, що вам це не до вподоби;
- не дозволяйте собі сідати до будь-кого на коліна, не притискайтеся – цим ви провокуєте у хлопців справжнє, хай і не завжди свідоме збудження. У такий момент починають говорити інстинкти, а не розум;
- намагайтеся не бути надто оголеними;
- пам'ятайте: будь-яка м'якість, поступливість з вашого боку сприймається як ніжність, всюдозволеність і порівнюється з рідким паливом, кинутим у вогонь неконтрольованих почуттів;
- не погоджуйтеся у компаніях палити чужі цигарки, там може бути наркотик;
- у компаніях контролюйте свою поведінку й дозу випитого;
- не затримуйтеся допізна в будь-якому місці;
- уявіть собі, чим все вищеперераховане може закінчитися;
- спробуйте на початковому етапі домагань закликати до дорослості парубків, підкреслюючи, що чоловік – насамперед той, хто керується розумом.

2. Для попередження непередбачених ситуацій:

- не заходьте у ліфт із малознайомими людьми;
- якщо під час поїздки у ліфті до вас підсаджується незнайомий чоловік, відразу ж виходьте;
- якщо незнайомиць перешкоджає цьому, натискайте на диспетчерську кнопку, кричіть якомога голосніше, кличте на допомогу. Кричіть, що у ліфті пожежа, що ви горите. На цей заклик вам нададуть допомогу набагато швидше, ніж на крики про допомогу.

3. Якщо ви пізно повертаєтеся додому, дотримуйтеся наступних правил:

- не йдіть через темний парк;
- не ходіть у дорогій шапці чи дорогому одязі;
- не носіть з собою дорогу апаратуру;
- не ходіть нікуди з незнайомими людьми;
- не вірте незнайомим;
- не треба скорочувати шлях та йти навпростець через безлюдні місця і парки; краще пройти більшу відстань там, де освітлено;
- якщо ви помітили попереду гучну компанію – зверніть убік, якщо вас покликали – не відповідайте, йдіть далі;
- якщо за вами хтось йде – пропустіть вперед;

- якщо вам запропонували безкоштовно підвезти додому на машині – відмовтесь.

4. Удень чи вночі оберніться: якщо хтось йде за вами – пропустіть уперед. Якщо людина стоїть, переминається, якщо вона не знає, до кого прийшла, – не поспішайте відчиняти двері під'їзду.

5. Нікому не відчиняйте двері, якщо ви вдома сам і без батьків. Навіть якщо це дільничний інспектор – нехай спочатку відрекомендується, хто він, з якого відділу міліції, покаже і вічко посвідчення. Зателефонуйте у міліцію, перевірте. Якщо все правильно, того, хто прийшов, можна впускати, але не далі передпокою, так, щоб телефон був під рукою.

6. Не беріться допомагати піднести комусь сумки або речі малознайомою і безлюдною місцевістю.

СПОСОБИ ЗАХИСТУ ВІД НАСИЛЬНИКА

1. Пам'ятайте, що у критичній ситуації, яка настала, ви повинні зберігати всіма можливими способами психологічну рівновагу й світлий розум. Злочинця та насильника це здивує, а вам надасть декілька хвилин для прийняття правильного рішення.

2. Кричіть що є сили, але не зв'яжіть на допомогу (навіть чи хто-небудь посміє вам її надати), а щось на зразок: «Крадуть машину!», «Скоріше сюди, почалася пожежа!», «Дитина без тям на дорозі, допоможіть!» і т. ін. Насильник розгубиться, а у вас з'явиться шанс на порятунок.

3. Віддайте, не замислюючись, будь-який цінний предмет, якщо мова йде про ваше життя й здоров'я.

4. Опинившись перед найближчим будинком, дзвоніть та стукайте у будь-які двері.

5. Якщо ніхто не відчиняє, негайно розбийте вікно або навіть вітрину – вашому життю загрожує небезпека і у вас немає часу на роздуми про дрібні неприємності й майбутні фінансові розтрати.

6. Якщо на вулиці до вас під'їхав автомобіль і водій почав поводити себе агресивно, кричіть і біжіть у напрямку, протилежному руху машини.

7. Ніколи не біжіть, якщо є сумніви, що вам вдасться втекти. У кримінальній ситуації така демонстрація свого страху – ще один аргумент на користь насилля, якщо воно вже задумано, – це може стати вирішальним фактором для насильника чи людини з нестійкою психікою: саме біг (втеча) може збудити «смак до полювання».

8. Тікаючи, не ведіть переслідувача до свого житла. Намагайтеся бігти туди, де багато світла або до відділення міліції.

9. Коли вас утримують, зв'язують, замикають і т. ін., захищайтеся у будь-який спосіб, застосовуючи для захисту предмети, які знаходяться під рукою (ніж, камінь, палицю, стілець, посуд, жменьку землі, солі, перцю і т. ін.).

10. Для визволення від утримання вдарте нападника у найбільш болюче місце (у коліно, кістку гомілки, око, чоловіка – в пах).

11. Запам'ятайте якомога більше прикмет нападника.

12. Опинившись у відносній безпеці, неодмінно повідомте про те, що сталося, у міліцію.

ПОРАДИ З БЕЗПЕКИ

Найдорожче для кожної людини – це її життя та здоров'я. Щоб зберегти своє життя та здоров'я, дотримуйся цих порад.

На вулиці:

1. Не скорочуй шляху, особливо у темну пору доби, не ходи неосвітленими вулицями, прохідними дворами, лісосмугою, пустирями.
2. Не довіряй незнайомцям, не починай з ними розмов. Тримайся осторонь від незнайомої людини.
3. Твої близькі, друзі завжди мають знати, де ти і куди йдеш.
4. Не зупиняй без потреби машини і не погоджуйся на те, щоб тебе підвозили незнайомі люди (особливо ввечері).
5. Завжди бажано мати при собі трохи грошей на громадський транспорт.
6. Якщо до тебе наблизилася машина, і ти відчуваєш небезпеку: закричи і тікай у напрямку, протилежному руху машини, щоб їй було важко тебе переслідувати. Спробуй запам'ятати номер і марку машини.
7. Якщо повертатися додому доведеться ввечері, домовся з друзями або знайомими, щоб вони тебе зустріли.

**ПАМ'ЯТКА
ЯК УНИКНУТИ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА**

<p>1. По можливості уникайте ситуацій, які загрожують сексуальним насиллям</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Не ходіть вечорами самі, особливо у святковому або надто відвертому вбранні. 2. Уникайте місць, де немає до кого звернутися по допомогу. 3. Не відвідуйте дискотеки і вечірки без друзів. 4. Уникайте поїздок «автостопом». 5. Не вступайте в розмови з нетверезими чи малознайомими людьми на зупинках, у транспорті, в парку тощо. 6. Уникайте зустрічей з людьми, яким не довіряєте. 7. Не приймайте запрошення покататися від тих, кого не знаєте, кому не довіряєте. 8. Не заходьте у дім чи квартиру, якщо там більше нікого немає. 9. Не беріть грошей і подарунків від малознайомих людей.
<p>2. Не поведіться сексуально, якщо ви не хочете сексу, не створюйте хибного враження</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Утримуйтеся, особливо з малознайомими людьми, від того, що може бути сприйняте як ваша легкодоступність і готовність до сексуальних стосунків (загравань, двозначних натяків, багатозначних поглядів, торкань тощо). 2. Визначте ваше ставлення до алкоголю ще до того, як опинитесь в ситуації тиску. 3. Зверніть увагу на всі почуття (як тільки відчуєте незручність або що ситуація виходить з-під контролю – йдіть геть).
<p>3. Упевнено і недвозначно реагуйте на спроби схилити вас до сексуальних стосунків</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Уникайте зустрічей з тими, хто може примусити вас до сексу. 2. Будьте щирими, від самого початку повідомте, що ви не хочете сексу. 3. Якщо ви спілкуєтеся з людиною, яка намагається схилити вас до сексуальних стосунків без застосування фізичної сили (умовляннями, провокаціями, відволіканням від теми, тиском, погрозами), застосовуйте набуті навички упевненої поведінки. Наприклад, наполягайте на своєму і кажіть, що вам це не цікаво. Йдіть з подругою (другом). Якщо це можливо, негайно зателефонуйте родичам або друзям і повідомте, де ви і з ким. Якщо вони мають автомобіль, попросіть заїхати за вами.
<p>4. Рішуче захищайтесь, якщо хтось намагається силою примусити вас до сексу</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Якщо хтось намагається застосувати силу, рішуче захищайтесь: кричіть, дряпайте, кусайте, вдарте гвалтівника в пах, вирвітьися і тікайте. 2. У разі загрози вашому життю торгуйтеся залежно від ситуації, тягніть час, скажіть, що ви хворі, що у вас, напевно, СНІД.

ПАМ'ЯТКА
ДОПОМОГА ЖЕРТВІ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА

<p>1. У жодному разі не звинувачуйте себе</p>	<p>Стрес після ґвалтівников характеризується комплексом сильних негативних переживань: почуття провини, сором, безвихідь, неможливість контролювати й оцінювати життєві події, страх через те, що «всі дізнаються», огида до свого тіла.</p> <p>Якщо ґвалтівников був незнайомиць, то жертва більшою мірою схильна шукати причину у зовнішніх обставинах. Якщо винуватець – знайомий, то причину вона шукає в собі. Стрес при цьому менш гострий, проте триваліший. В обох випадках важливо пам'ятати і повторювати собі: «Це не моя провина. Винен ґвалтівник».</p>
<p>2. Зробіть усе, щоб ґвалтівник не уникнув покарання</p>	<p>ґвалтівник, хоч би хто він був – родич, знайомий чи незнайомиць, – небезпечний злочинець. Його треба зупинити, інакше будуть нові жертви. Тому слід звернутися до міліції. Найкраще туди йти з дорослим, якому можна довіряти.</p>
<p>3. До обстеження не можна знищувати доказів ґвалтування</p>	<p>До медичного обстеження не можна митися і перевдягатися, знищувати вагомі докази злочину. Інакше ґвалтівникові буде легше «виплутатися». Він може заявити, що взагалі нічого не було.</p>
<p>4. Не відмовляйтеся від медичної допомоги</p>	<p>Це заходи щодо запобігання вагітності, ВІЛ/ПШС</p>
<p>5. Не замикайтесь у собі</p>	<p>Не стороніться людей. Це тільки поглибить стрес і негативні переживання. Зверніться зі своєю проблемою до дорослих, яким ви довіряєте (найкраще однієї з вами статі). Не слід уникати друзів і знайомих – це не ваша провина!</p>
<p>6. Не відмовляйтеся від допомоги та уваги</p>	<p>Якщо це сталося з вашим другом/подругою, не залишайте їх на самоті. Оточіть увагою і турботою, залучайте до участі у ваших справах, розвагах.</p>

ПАМ'ЯТКА
ПРАВИЛА РІВНОПРАВНОГО СПІЛКУВАННЯ

Правило 1. Поясніть, у чому проблема і свої почуття без звинувачень.

Скористайтеся формулою: «Дія, наслідки, почуття» і «Я – повідомлення».

Наприклад: «Коли ти обіцяв прийти на вихідні, а в останню мить відмовився, це не лише зруйнувало мої плани, а й дуже образило мене».

Переваги: Якщо ви повідомляєте про проблему і свої почуття, співрозмовник уявляє себе на вашому місці. А якщо ви почнете звинувачувати: «Ти поганий друг», «Ти мене дуже підвів», це навпаки викличе бажання захиститися. Наприклад, у відповідь ви можете почути: «А минулого разу ти вчинила так само».

Правило 2. Чітко сформулюйте свою пропозицію чи вимогу у ввічливій формі.

Наприклад: «Мені б хотілося, щоб ти попереджав мене заздалегідь», «Мені б не хотілося, щоб таке трапилося й наступного разу», «Будь ласка, як станеться щось несподіване, одразу повідом про це».

Переваги: Висловлювання у такий спосіб допоможе людині краще зрозуміти, чого саме вихочете, і сприйняти ваші слова як прохання допомогти, а не як категоричну вимогу.

Правило 3. Запитайте співрозмовника, що він про це думає.

Наприклад: «Що ти думаєш про це?», «Тебе це влаштовує?», «Ми домовилися?».

Переваги: Даючи людині цю можливість, ви продемонструєте повагу до неї. Це позитивно вплине на сприйняття ваших слів.

Правило 4. Уважно вислухайте сказане і, якщо відповідь вас влаштовує, подякуйте за розуміння.

Наприклад: «От і добре», «Дякую за розуміння».

Переваги: Демонстрація поваги і доброзичливого ставлення сприятиме розвитку ваших стосунків.

Паління, вживання спиртних напоїв, наркотики, вбрання, яке оголює тіло, відверта розпусна манера розмови, розв'язна поведінка – все це може призвести до насильства з боку як знайомих, так і незнайомих людей. Однак думка, що жертва сама винна в насиллі, – хибна.

МІФИ, ВІД ЯКИХ ТРЕБА ВІДМОВИТИСЯ

1. Гвалтують або ман'яки, або злочинці з вулиці.

Насправді ж більше половини жертв сексуального насилля були знайомі з тим, хто над ними поглумився.

2. Жертва сама провокує злочин своєю вільною поведінкою, одягом.

Насправді, якщо, наприклад сексуальному насиллю підлягають 30% старшокласниць, це не означає, що всі вони «дівчата робочих кварталів», не мають високої моралі.

3. Насильник обирає жертву молоду, гарненьку.

Насамперед він ретельно обирає час і місце злочину, щоб залишитися непокараним. А в цій точці може опинитися будь-яка дівчина.

4. Насильника можна легко визначити за зовнішніми ознаками.

Насправді ж він може бути доволі симпатичним, одруженим, мати дітей, «добрим дядьком» або ввічливим кавалером.

5. Опір чинити некорисно, все рівно насильник сильніший.

Насамперед треба кричати, кусатися, кидатися предметами у вікна найближчих домівок, рватися до освітленого місця. Будь-який випадковий перехожий злякає злочинця.

В Особливій частині Кримінального Кодексу України (гл. III, 10т.. 117) за насильство передбачено позбавлення свободи на термін від 3 до 8 років; за групове насилля або насилля неповнолітньої – від 8 до 15 років; мужеложство з використанням насилля (10т.. 122) карається позбавленням волі терміном від 2 до 5 років, те ж групове – до 8 років.

КІЛЬКА ПОРАД ДІВЧАТАМ

1. Не виставляй напоказ ювелірні вироби й дорогі прикраси.
 2. Якщо у тебе в руках сумочка, притискай її ближче до тіла.
 3. Намагайся виходити на вулицю не сама, а з друзями, і повертайся разом із ними.
 4. Не сиди в гостях допізна.
 5. Уникай випадкових знайомств у кафе, на дискотеках, на вулиці. Не погоджуйся, якщо малознайомий хлопець пропонує провести тебе додому.
 6. Відмовся від поїздки на природу з малознайомою компанією.
 7. Не погоджуйся, якщо незнайомий пропонує підвезти тебе на машині.
 8. Не ходи до малознайомих людей на квартиру, щоб послухати музику або подивитися фільм.
 9. Будь обережна, коли їдеш у ліфті з незнайомою людиною.
 10. Якщо на тебе напали:
 - кричи, клич на допомогу, можна кричати «Пожежа!», аби тільки прибігли люди;
 - скажи, що хворієш на венеричну хворобу (сифіліс, трипер, хламідіоз);
 - зроби вигляд, що тебе нудить, і ти хочеш блювонуту на гвалтівника;
 - дай гвалтівникові фізичну відсіч – бий його всім, що потрапить під руку (але знай, якщо він озброєний або сильніший від тебе, то це може його розлютити, і тобі буде гірше);
 - спробуй запам'ятати зовнішність злочинця, куди він утік, номер машини, в яку він сів, і одразу ж повідом у міліцію.
- Ти маєш знати, що якщо хтось із твоїх родичів-чоловіків чи сусідів робить тобі боляче – не потрібно цього соромитися, а варто розповісти про це шкільному психологові, соціальному педагогу (або класному керівникові).

ЩОБ НЕ БУТИ ОБМАНУТИМ І ОБІКРАДЕНИМ

1. Не розмовляй з підозрілими незнайомими людьми на вулиці.
2. Не носи постійно із собою документи, великі суми грошей.
3. Не носи грошей, документів у кишенях штанів (особливо задніх), у господарських сумках через плече (злочинці часто їх ріжуть). Краще користуватися внутрішніми кишенями піджаків, портфелями, що надійно закриваються.
4. Не носи в одному гаманці дрібні гроші та великі купюри. Розплачуючись дрібними, ти можеш привернути увагу інших покупців до решти грошей у гаманці.
5. Будь уважним у місцях скупчення людей: у черзі, на базарі, на площах, у транспорті.
6. Ніколи не купуй одяг, золоті речі, магнітофон, телевізор та іншу техніку у випадкових людей, які продають їх у місцях, не призначених для торгівлі. Ці товари можуть виявитися краденими, і ти можеш потрапити в неприємну історію.
7. Ніколи не купуй дорогу річ сам. Нехай родичі, друзі, знайомі будуть разом із тобою.
8. Продаючи дорогу річ, будь особливо уважний при розрахунку. Не бери грошей, упакованих в різні пакети – паперові, поліетиленові тощо. Після того, як порахуєш, не передавай більше грошей покупцеві.
9. Міняй валюту тільки у приміщеннях банків.
10. Не розмовляй із циганами, ворожками.
11. Не бери участі у різних вуличних лотереях, розіграшах призів і акціях, коли тобі говорять, що ти виграв приз, але виявляється, що не тільки ти, але ще хто-небудь. Вам пропонують зробити так: у кого зараз у кишені виявиться більше грошей, той забере приз і гроші другого учасника. Але у того, «іншого», завжди виявиться більше грошей, тому що він «підставний», йому гроші непомітно дають інші шахраї. Не бери участі в азартних іграх: картах, «наперстках». У цих «іграх» і «акціях» не можна виграти, тому що людину завжди оточує група ошуканців різного віку та статі.
Не зв'язуйся з ігровими автоматами: вони запрограмовані так, що в них неможливо виграти часто. Вигравши раз, людина грає далі, але потім обов'язково програє ще більші гроші.