Скажи детству без насилия:"Да!"

ДЕТСТВО – БЕЗ ЖЕСТОКОСТИ И НАСИЛИЯ!

Насилие-это все виды давления или действий над человеком, против его воли, причиняющие моральный и физический вред его здоровью. Различают 4 основные формы насилия: физическое, сексуальное, психологическое и экономическое насилие.

Физическое насилие - это преднамеренное нанесение физических повреждений, включая телесные наказания, вовлечение или принуждение их к употреблению алкоголя, наркотиков и других токсических веществ.

Психологическое (эмоциональное) насилие – это периодическое, длительное или постоянное психическое воздействие на человека. Если данное воздействие оказывается на подростка, то оно тормозит развитие личности и приводит к формированию патологических черт характера. Сюда относятся: открытое неприятие и постоянная критика; угрозы, замечания, высказанные в оскорбительной форме, унижающие достоинство; преднамеренное ограничение общения подростка со сверстниками или другими значимыми взрослыми и др.

Экономическое насилие – умышленное лишение одним членом семьи другого члена семьи (подростка) жилья, еды, одежды и другого имущества либо средств, на которые потерпевший имеет предусмотренное законом право. Сюда также относят запрет на получение образования и/или трудоустройства с целью создания напряженной обстановки.

Сексуальное насилие – это вовлечение человека с его согласия или без такового в сексуальные действия с целью получения удовлетворения или выгоды. Согласие подростка на сексуальный контакт не дает оснований считать его ненасильственным, поскольку он не обладает свободой воли и не может предвидеть негативные для себя последствия.

Иногда подросткам приходится сталкиваться с определенной формой психологического воздействия - манипуляцией, такой, как склонение к близости. В какой-то степени это можно отнести к форме насилия (принуждения), но не прямого, а завуалированного. Среди подростков-сверстников она чаще всего встречается.

У каждого человека есть свои слабые места. Психологическое, словесное воздействие может толкнуть человека на необдуманный поступок. Но, защитить себя можно! Индивидуальная, осознанная, уверенная позиция, выражающая ваше отношение к сексуальному контакту (любовь, безопасность, привязанность, постоянный партнер, планирование будущего и детей).

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

***Защита от манипуляций*:**

1. Твердо и уверенно говорить «нет», если вас не интересует поступившее предложение.
2. Если собеседник настаивает или пытается манипулировать, можно использовать метод «заезженной пластинки». Данный метод позволяет отстоять свое мнение в диалоге. Независимо от того, какого ответа от вас ждет собеседник, единственная задача – выбрать короткую фразу, отражающую вашу позицию, и, как « заезженная пластинка», ее повторять (снова и снова, спокойно, без раздражения, не повышая голоса). Например, «Большое спасибо, мне это не интересно».

Способы поведения в ситуации угрозы сексуального насилия:

1. Если возможно, уйти или убежать.
2. Если возможно, позвать на помощь.
3. По возможности, сохранять спокойствие (хотя бы внешне), дышать медленно и глубоко, стараться анализировать ситуацию, а не поддаваться эмоциям.
4. При невозможности противостоять физически, попытаться воздействовать психологически:
   - найти аргументы, объясняющие, почему стоит остановиться
   - скажите, что вы сообщили родителям, подруге, где и с кем находитесь и они скоро начнут волноваться;
   - пообещайте, что вы встретитесь в следующий раз.
5. Если вы все же стали жертвой принуждения и сексуального насилия, срочно обратитесь к врачу. Это даст возможность избежать возникновения последствий.