

Порадник «СТОП-БУЛНГ»

Як вберегтись від насильства

- Попереджай батьків, куди, з ким ідеш і коли повернешся.
- Не заходь у підвали, підсобні приміщення, у машини.
- Якщо ти десь затримався, передзвони батькам, попроси, щоб тебе зустріли.
- Постарайся, щоб твій маршрут проходив не через ліс, парк.
- Якщо тобі здалося, що тебе хтось переслідує, перейди на іншу сторону, зайди в магазин, звернись до дорослих.
- Якщо тебе зупинили і попросили показати дорогу, постарайся пояснити на словах, не сідаючи в машину.
- Якщо незнайома людина відрекомендувалась другом твоїх батьків, не спіши запрошувати її додому, попроси зачекати їх приходу на вулиці.
- Якщо при вході у під'їзд ти помітив незнайомців, зачекай, доки хто-небудь із сусідів не ввійде разом з тобою. Не заходь в ліфт разом із незнайомими тобі людьми.
- Дай агресору можливість зупинитися.
- Відійди в сторону. Це не ознака слабкості!
- Не прагни помсти ворогам. Вмій просити вибачення.
- Попроси допомоги. Це не ознака боягузтва!
- У будь-якій конфліктній ситуації звертайтеся за допомогою до вчителів, психолога, адміністрації школи, батьків. Проконсультуйтеся з шкільним психологом, щоб повернути впевненість у власних силах і зрозуміти, що робити далі.