

Памятка подростку



Если ты попал в трудную жизненную ситуацию, то вспомни, что трудных ситуаций не бывает. Всегда есть выход, надо только его найти. Следуя этим советам, ты можешь выбраться из трудного положения с наименьшими для тебя потерями.

Совет № 1. Попав в трудную ситуацию, не впадай в панику или депрессию. Постарайся проанализировать свое положение с максимальной четкостью.

Совет № 2. Определи, кто создал трудную ситуацию. Если ты сам, значит возьми ответственность на себя. Поразмысли, откуда еще может исходить опасность.

Совет № 3. Подумай, с кем бы ты мог откровенно поговорить о своем положении.

Совет № 4. Не оставайся со своей болью один на один. Это всегда заставит тебя лгать окружающим.

Совет № 5. Со своей тайной обращайся осторожно. Не перекладывай ее на плечи своего друга, который реально не сможет помочь тебе, но будет очень сильно переживать за тебя. Тебе от этого не будет легче.

Совет № 6. Постарайся обратиться к взрослому человеку, у которого жизненный опыт больше твоего.

Совет № 7. Переступи через свой страх перед родительским гневом. Ты его заслужил, и с этим ничего не поделаешь. Гроза проходит, и вновь выйдет солнце.

Совет № 8. Вери, что ты сможешь исправить положение, главное – ничего не бойся. Страх – это не твой спутник и друг. Пусть страх дружит с одиночеством. А ты не один! Если ты попросил помощи, то, значит, тебе всегда помогут.



Конвенцию о правах ребенка называют Великой хартией воленостей для детей. Она состоит из 54 статей. Принята ООН 20 ноября 1989г и вступила в силу 2 сентября 1990 г. К настоящему моменту 139 стран либо подписали этот документ, либо стали участниками Конвенции в результате ратификации или присоединения к ней.

Она защищает права ребенка с правами и обязанностями родителей и других лиц, несущих ответственность за жизнь детей, их развитие и защиту, и предоставляет ребенку право на участие в принятии решений, затрагивающих его и будущее.

- ⇒ Право на жизнь, право на имя.
- ⇒ Права и обязанности родителей.
- ⇒ Право на гражданство.
- ⇒ Отсутствие дискриминации.
- ⇒ Право на свободу совести и религиозных убеждений.
- ⇒ Право на жизнь с родителями.
- ⇒ Право на отдых.
- ⇒ Право на труд.
- ⇒ Право на свободу ассоциаций и мирных собраний.
- ⇒ Право на защиту жизни и здоровья.
- ⇒ Право на образование.
- ⇒ Право на отсутствие рабства.
- ⇒ Право на жилище.
- ⇒ Свобода слова.
- ⇒ Право на получение информации.
- ⇒ Право пользоваться достижениями культуры.



Как не стать жертвой насилия

Соблюдайте правила личной безопасности! Избежать насилия можно, если правильно оценить ситуацию и принять правильное решение. Для этого нужно навсегда усвоить правило четырех «не»:

1. Не разговаривай с незнакомцами и не впускай их в дом.
2. Не заходи с ними в лифт и подъезд.
3. Не садись в машину к незнакомцам.
4. Не задерживайся на улице после школы, особенно с наступлением темноты.



Что делать в случае, когда насилие происходит в семьях?

Прежде всего, надо помнить, что у ребенка есть права, которые защищаются законом. Любой ребенок может обратиться в органы внутренних дел.

Если по каким-то причинам у несовершеннолетнего нет возможностей обратиться к сотруднику полиции, надо рассказать родителям, друзьям, хорошим знакомым соседям, учителям. Или позвонить по телефону доверия:

8-800-2000-122