

*Балалар мен жасөспірімдерге
қатысты зорлық -
зомбылықтың алдын алуға ата
аналарға арналған жадынама,
ақыл -кеңестер*

Әлемде қазіргі ең өзекті мәселелердің біріне айналып отырған – бұл жасөспірімдердің, балалардың зорлық – зомбылыққа ұшырауы. Балалар үйінде, мектепте, көшеде және басқа да жерлерде қатыгездік пен зорлық – зомбылықпен ұшырасып отыруы мүмкін. Баланың болашақта қандай азамат болуы оның мектепте, отбасында қоршаған ортада алған тәрбиесіне байланысты. Балалар да, ересектер сияқты сыйлау, қол тигізбеу және адамзаттық абыройын сақтау құқықтарына ие, сондай-ақ Адам құқықтарының жалпыға ортақ декларациясы мен Азаматтық саяси, экономикалық, әлеуметтік және мәдени құқықтар туралы көзделген заң тарапынан да тең қорғау көрсетілуіне құқылы.

Зорлық балалардың денелік және психологиялық денсаулықтары және жан-жақты дамулары үшін ауыр машақат болып табылады. Балаларға қатысты зомбылықтың алдын алу және бағытталған профилактикалық сипаттағы шараларды жүргізуде ақпараттық үгіттеушілік жұмыстарды өткізу бүгінгі күннің басты талабы болып табылады.

Ата-аналарға жадынама

Балаға физикалық жаза қолданбас бұрын тоқтаңыз!

Физикалық жазалау:

1. Балаға зорлық-зомбылық сабағы оқытылады

2. Олар әрбір бала қажет ететін сөзсіз сенімділікті бұзады Онда өтірік бар: педагогикалық міндеттерді шешетін сияқты, ата-аналар, осылайша, баланың өз ашуын бұзады. Ересек баланы ұрады, себебі бала кезінде оны ұрды

Физикалық жазалар баланы сенімге қайшы дәлелдерді қабылдауға үйретеді: "Мен сені өз игілігің үшін ұрамын". Баланың миы бұл ақпаратты сақтайды.

3. Олар ашу-ыза мен кек алу ниетін тудырады, бұл ниет ығыстырылған болып қалады және кейінірек ғана көрінеді.

Олар өз қайғысына сезімталдықты және басқаларға жанашырлық танытуды бұзады, осылайша баланың өзін және әлемді тану қабілетін шектейді

Бала қандай сабақ шығарады?

1. Бала құрметке лайық емес

2. Жақсы жаза арқылы үйренуге болады (ол әдетте баланы жазалауға үйретеді, өз кезегінде басқа)

3. Азап жүрекке жақын қабылдау қажет емес, оны елемеу керек (бұл иммундық жүйе үшін қауіпті)

4. Зорлық-зомбылық-бұл махаббат көрінісі (осы негізде көптеген бұрмалаулар өседі)

5. Сезімдерді терістеу - қалыпты сау құбылыс

6. Ересектерден қорғау жоқ

Балалардағы бұл әрекет қалай көрінеді?

1. Әлсіз және қорғалмаған

2. Сыныптастарымен төбелес

3. Анасын бейнелейтін қыздарды қорлау

4. Мұғалімге нашар қарым-қатынас

• Ығыстырылған жарық пен ашу сезімдерін қайта сынауға мүмкіндік беретін телебағдарламалар мен бейне ойындарды таңдаумен

ӨЗ БАЛАҢЫЗДЫ ҚАЛАЙ ҚОРҒАУҒА БОЛАДЫ

1. Сіздің балаңыздың кез келген ересек адамға "жоқ" деп айтуға құқығы бар екенін үйретіңіз.
 2. Үйретіңіз, өз балаңызға қатты айқайлап "Бұл менің анам!" (немесе " бұл менің әкем емес!") егер біреу оны алуға тырысса. Бұл айналасындағылардың назарын тартып, қылмыскерді қорқытады;
 3. Егер кенеттен жоспарлар өзгерсе, сіздің балаңызды қай жерге барып, телефон арқылы қоңырау шалуды үйретіңіз;
 4. Баланы балабақшадан немесе мектептен алуға тырысыңыз. Егер оның артында басқа біреу келсе, бұл туралы алдын ала тәрбиешіні немесе мектеп мұғалімін ескертіңіз;
 5. Сіздің балаңызға құпия сөзді ойлап, оны ешқашан бейтаныс адамға отыруға және құпия сөзді білмесе, онымен ешқайда кетпеуге үйретіңіз;
 6. Сіздің балаңызды достардың компаниясында серуендеуге бір қарағанда әлдеқайда қауіпсіз екеніне көз жеткізіңіз, әсіресе кеш уақытта. Қылмыскер әрдайым жалғыз қыдыратын баланы тартады;
- Балаңыздың телефон-автоматты (соның ішінде халықаралық) пайдалануды үйретіңіз. Үй телефонының және көмек қызметінің телефондарының нөмірлерін білу керек.

Ата-аналарға кеңестер

- 1.ЖАҚСЫ МЫСАЛ БЕРІҢІЗ. Қауіптер, сондай-ақ шайқас, психикалық қысым, қорлау және т.б. жағдайды жақсартпайды. Сіздің балаңыз сіздің мінез-құлығыңызды үлгі ретінде алады және күш қолданбай ашкөзді қалай жеңе алады. Шектерді орнатыңыз. Шектеулер өзін-өзі тәртіпті және өшпенділікке негізделген өзара эмоцияларды қалай бақылауға үйретеді.
- 2.Мектеп қызметкерлері балаларға оқуға және жетістікке жетуге көмектесе алады
- 3.Балаларға теледидар арқылы көрсететін зорлық-зомбылық туралы айтып, теледидарды өшірмей, сөйлесіңіз. Фильмдерде көрсетілетін зорлық - зомбылықтың көбінде көрерменді тарту, қоздыру, кернеудегі ұстап тұру үшін жасалған өнім екенін түсіндіріңіз және бұл мұндай мінез-құлық үлгісін өз өмірінде қолдану керек дегенді білдірмейді.
- 4."МЕН СЕНІ СҮЙЕМІН"СӨЗІНІҢ МАҢЫЗДЫЛЫҒЫН ЖЕТЕ БАҒАЛАМАУҒА БОЛМАЙДЫ.
Кез-келген жастағы балалар мақұлдауды, сүйуді, құшақтауды, иыққа Достық мақтауды қажет етеді. Олар естігісі келетіні: " Мен сені мақтан тұтамын!»
- 5.ӨЗ БАЛАҢЫЗҒА ЗОРЛЫҚ-ЗОМБЫЛЫҚ ТУРАЛЫ АЙТЫҢЫЗ. Олардың өз қорқынышыңыз, ашуларыңыз және қайғы-қасірет туралы сізбен сөйлесуге деген ниетін көтермеңіз.
Ата-аналар өз балаларының мазасын естуі, олардың мүдделері мен сезімдерін бөлісуі, сондай-ақ жақсы кеңестер беруі тиіс. Сіз балаларыңызбен қалай сөйлесуге болатынын бақылаңыз.
- 6.Егер бала зорлық-зомбылыққа ұшыраса, не болғанын айыптап, ақтауға тырысыңыз.
- 7.Жағдайды анықтау үшін уақытты пайдаланыңыз, содан кейін зорлық-зомбылықты болдырмау үшін өз қолдауыңызды көрсетіңіз
8. Егер сіз немесе Сіздің отбасыңыздың біреуі жалғыздықты сезінсе, ыңғайсыз, үмітсіз немесе есірткімен немесе алкогольмен проблемалар болса-көмек іздеңіз. Барлық күш қолдану әрекеттерінің жартысынан астамы алкоголь немесе есірткі пайдаланатын болып саналады.

***БАЛАЛАРЫҢЫЗДЫ ҚОРҒАҢЫЗ, СЕБЕБІ
БАЛА – ӨМІРДЕГІ ЕҢ ҚЫМБАТТЫ ЖАН!***

Қымбатты ата-аналар, зорлық – зомбылықсыз болашақ, біздің болашағымыз үшін, кейінгі ұрпақ үшін қажет, сол себепті барлығымыз бірігіп жұмыс атқаруға шақырамын.

***Балалар мен жасөспірімдерге
қатысты зорлық -
зомбылықтың алдын алуға
арналған жадынамалар***

Ең кішкентайларға кеңестер

Келесі ережелерді қатты есте сақтау қажет:

- * Ешқашан автомобильге бейтаныс адаммен отырмаңыз. Егер біреу бұл туралы сұраса – дереу ата – аналарға айтыңыз;
- * Әрқашан достарыңызбен ойнаңыз;
- * Ешқашан бейтаныс адамдардан үлкендердің рұқсатынсыз сыйлықтар (тәттілер) қабылдамаңыз;
- * Ешқашан таныс емес адамдардың ілесіп жүруіне келіспеңіз;
- * Егер біреу сені көлікке отырғысы келсе немесе бір жерге барғысы келсе, барлық күшпен айқайлаңыз;
- * Мекен-жайыңызды және телефон нөміріңізді (қала кодын қосқанда), 102 телефонын есте сақта;
- * Әрқашан ата-аналардың жұмыс телефондарының тізімін алып жүріңіз;
- * Құпия парольді есте сақтап және құпия сөзді білетін адамдармен ғана баруға келісіңіз;
- * Ешқашан біреуге саған қол тигізуге мүмкіндік бермеңіз. Егер бұл болған болса, бірден үлкенге айтыңыз;
- * Ата-анаң сені жақсы көретінін есінде сақта

Бастауыш сынып оқушыларына арналған кеңестер

- * Сіз қайда баратыңызды ата-анаңызға әрдайым хабарлаңыз;
- * Әрқашан достар компаниясында серуендеңіз;
- * Достарыңызбен түнде адамдар жоқ жерлерге бармаңыз;
- * Бейтаныс сыйлықтарды қабылдамаңыз;
- * Егер біреу сізді алып жүруді ұсынса-ата – анаңыздан рұқсат сұраңыз;

- **Егер қорықсаңыз-адамдарға жүгіріңіз;**
- * Өз мәселелеріңізді бейтаныс адамдармен талқыламаңыздар;
- * Есікті ешкімге ашпаңыз және есік арқылы сұрақтарға жауап бермеңіз;

- **Егер біреу пәтерге кіргісі келсе, полицияға қоңырау шалып, терезені ашып, айқайлап, көмекке шақырыңыз;**
- * Егер адамдар сізден бір жерге қалай жетуге болады деп сұраса, - жақындамаңыз және тіпті жол үстінде болса да, оларды алып жүруге келіспеңіз;
- * Ешкім сізге тиісуге құқығы жоқ. Мұны жасауға тырысатын адамға айтуға ұялмаңыз;
- * Егер біреу сізді қорқытса, бірден адамдар көп жерде қауіпсіз жерге барыңыз
- * Егер сізді бір жерге шақырса, ата-анаңыздан рұқсат алуды әрдайым талап етіңіз.

Жасөспірімдер үшін кеңестер

- * **ҮЙДЕН ҚАШПАҢЫЗ!** Егер үйде өмір сүру мүмкін болмаса, оқытушымен сөйлесіңіз. Сіз үйден қашып кеткеннен кейін сізді есірткі бизнесінде, порнографияда немесе жезөкшелікте пайдалануға тырысатын адамдардың қолына түсіп қалмаңыз;
- * Достықты ұсынатын адамдармен өте сақ болыңыз. Сіз өзіңізді жалғыз немесе кедей сезінген кезде, сізге қамқорлық жасайтын жағымсыз адам үшін қарапайым мақсат;
- * Ешқашан шақыруларды адамсыз немесе белгісіз орындарға қабылдамаңыз
- * Олар сізді атақты етуге уәде беріп, барлық атақты адамдар осылай бастағанын айтса, тіпті егер сізді бейтаныс адамдар суретке түсіргісі келсе ешқашан келіспеңіз;
- * Ешқашан бейтаныс автомобильге отырмаңыз;
- * Топтарда немесе доспен серуендеңіз;
- * Әрқашан достарыңызбен бірге болғаныңызды ата-аналарға хабарлаңыз және жоспарлардың өзгергені туралы хабарлаңыз;
- * Ешкім сіздің келісімінсіз сізге тиісуге құқылы емес. Мұны жасауға тырысатын адамға айтуға ұялмаңыз.

ЖАДНАМА (жасөспірімге).

Егер сіз зорлық-зомбылықтың құрбаны болғыңыз келмесе, бірнеше ережелерді сақтаңыз:

1. Таныс емес компанияда кеш өткізу үшін, Сіз сенімді досыңызды алыңыз.
2. Кеш басында келгеніңізді бәріне ескертіңіз. Егер сіз компанияны біреумен тастап кетсеңіз, онда достарыңызға, кіммен кеткеніңізді айтыңыз.
3. Өз түйсігіне сеніңіз. Егер сіз психологиялық ыңғайсыздық сезсеніз, онда бұл мүмкін, өйткені сіз қауіптілікті сезінесіз.
4. Өзіңіз үшін нақты шектерді орнатыңыз: Сіз не қалайсыз, не істей алмайсыз.
5. Кез келген жағдайда нақты шешім қабылдау және дұрыс жауап беру қабілетін сақтаңыз.
6. Өзіңізді сенімді ұстаңыз. Сіз ойлауға және өзіне қамқорлық жасауға құқығы бар
 - Егер сізді қарсы алу мүмкіндігі болса, оны қолданыңыз (бұл сізге үлкен сенім береді және сіз өз іс-әрекеттеріңізді жақсы бақылай аласыз). Жеке көлік қызметтерін жалғыз пайдаланбаңыз. Бұл жағдайда шығарып салушыны есте сақтауды немесе автокөліктің нөмірін жазуды сұраңыз.
 - Әлеуетті жыныстық зорлық-зомбылықтан қорғаудың мүлдем дұрыс жолдары жоқ. Бірақ сіз үшін қауіпті белгілер бар, мысалы, адамға құрметсіздік, оның жеке кеңістігін бұзу. Біреу болса, абай болыңыз, егер:
 - сізге тым жақын болып табылса және сіз осыған байланысты сезінетін ыңғайсыздықтан рахат алады;
 - сізді мұқият қарап, демонстративті қарап;
 - сіз не айтқанын тыңдамайды, және сіздің сезімдеріңізді елемейді; бұл дұрыс емес, дегенмен, жақсы таныс ретінде сізбен өзін ұстайды. Осыған ұқсас белгілерге назар аударатырып, кез келген жерлерде зорлық-зомбылыққа ұшырау қаупін азайтуға болады. Мұндай жағдай біреумен алғаш рет кездескен кезде, киноға немесе дискотекаға барғанда, достарыңызбен немесе таныстарыңызбен бірге жүргенде орын алуы мүмкін.
2. Егер сіз өзіңізді ыңғайсыздық сезінуге мәжбүр ететін біреу бар болса, сіздің сезімдеріңізді елемейді немесе басқа жолмен сізге құрмет көрсетпесе, бұл адаммен қарым-қатынасты дереу тоқтату қажет.