

## **ТИЙНЕЙДЖЪРИ, ВИЕ МОЖЕТЕ ДА СЕ ПРЕДПАЗИТЕ ОТ НАСИЛИЕ**

Тийнейджъри, вие сте пораснали деца и имате желание за по-голяма самостоятелност, а това често води до конфликти с възрастните.

Демонстрирането на повишено самочувствие и самоувереност в дадени ситуации и неуравновесеност и разколебаност в други, е нормално и е свързано с особеностите на възрастта ви.

Пубертетът е период, в който забавленията заемат важно място във вашия живот - дискотеки, купони, излизания вечер.

**ЗА ДА БЪДЕТЕ ПО-СИГУРНИ И ДА СЕ ПРЕДПАЗИТЕ ОТ НАСИЛСТВЕНИ ДЕЙСТВИЯ Е НУЖНО ДА ЗНАЕТЕ НЯКОИ ПРАВИЛА:**

**☺ При излизане с приятели вечер ще е по-безопасно за вас ако направите следното:**

> кажете на родителите и близките си къде отивате и оставете телефон, адрес и името на домакина;

> ако нещо ви смущава на купона и някой ви притеснява, то по-добре веднага си тръгнете;

> връщайте се по възможност с приятелите си, с които сте излезли;

> ако се наложи да се прибирате сам/сама, вземете такси за предпочитане от голяма фирма и да няма други хора в колата;

> избягвайте да минавате през неосветени и неохраняеми подлези;

> не ползвайте асансьор, ако в него има непознати хора, дори и да е във вашия жилищен вход.

**! Бъдете много внимателни при контакти със следните лица:**

> представящи се за фотографи, кино и видеорежисьори;

> представители на модни къщи и агенции за фотомодели;

> организатори на конкурси за красота.

**ЗАЩО?** В началото всичко изглежда нормално - пробни снимки с красиви дрехи, а по-късно и без някоя от тях.

**РЕЗУЛТАТ:** След време може да бъдете подложени на изнудване с направените “голи” снимки.

**! Бъдете особено внимателни при контактите си с представители на различни религиозни учения (т. нар. секти) защото:**

- > те в началото са мили, внимателни, добри;
- > те ви обграждат с много внимание и вие се чувствате обичани и значими;
- > умеят да ви въздействат психически, а вие сте още с неукрепнала психика;
- > лесно можете да станете жертва на манипулации;
- > умеят да манипулират и неусетно могат дори да ви подтикнат към самоубийство.

**! Внимавайте при контактите си с лица, които употребяват наркотични вещества или ги разпространяват:**

- > в началото предлагането е почти безплатно;
- > неусетно част от вас стават зависими, а цената на дрогата се увеличава;
- > вие имате нужда от нея, а те ви манипулират.

**АКО ВИ СЕ СЛУЧИ НЕЩО ПОДОБНО, ВЕДНАГА СПОДЕЛЕТЕ С РОДИТЕЛИТЕ ИЛИ ВЪЗРАСТЕН, НА КОЙТО ИМАТЕ ДОВЕРИЕ.**