

ІНСТРУКЦІЯ З ОХОРОНИ ПРАЦІ ТА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ПОПЕРЕДЖЕННЯ НАСИЛЛЯ

I.ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1. Дана інструкція розроблена та поширюється на всіх учасників освітнього процесу щодо попередження ситуацій насилля над особистістю
2. Учні повинні знати правила безпечної поведінки в ситуаціях насилля, вміти попереджати будь які прояви насилля та неухильно дотримуватись їх.
У звичайному житті слід попереджувати ситуації, у яких можливе насилля.

II.ОСНОВНІ ПОЛОЖЕННЯ

1 Законодавство України у сфері протидії домашньому насильству закріплює чотири форми такого насильства: фізичне, сексуальне, психологічне, економічне.

Прояви фізичного насильства

- ляпаси, стусани, штовхання, щипання, шмагання, кусання;
- незаконне позбавлення волі; нанесення побоїв, мордування, заподіяння тілесних ушкоджень;
- залишення в небезпеці, ненадання допомоги особі, яка перебуває в небезпечному для життя стані тощо.

Прояви сексуального насильства

- примус до статевого контакту, в тому числі з іншою особою;
- вчинення дій сексуального характеру у присутності дитини або стосовно дитини незалежно від її згоди;
- примус до небажаних форм статевих контактів тощо.

Прояви економічного насильства

- позбавлення житла, їжі, одягу, іншого майна, коштів чи документів або можливості користуватися ними;
- залишення без догляду або піклування;
- перешкоджання в отриманні лікування чи реабілітації;
- заборона працювати (навчатися) або примушування до праці тощо.

Прояви психологічного насильства

- словесні образи, погрози;
- приниження, переслідування, залякування;

2.Попередження сімейного насилля

1.Пам'ятайте, що насильство над вами, здійснене вашими батьками, братами чи сестрами, дядьками/тітками, дідусями/бабусями, хрещеними - не є нормою життя. Насилля – неприпустима річ у стосунках людей.

2. У сім'ї ви маєте право на те, щоб до вас ставилися з повагою, не ображали.
3. Якщо ви стали свідком бійки між батьками, пам'ятайте необхідні правила безпеки:
 - не варто тут же кидатися на допомогу, коли тато б'є маму, особливо, коли він – з небезпечними предметами в руках;
 - ваше завдання – якомога швидше сховатися, залишити домівку взагалі;
 - кликати на допомогу дорослих, які краще знають, як діяти за таких обставин;
 - розкажіть про ці випадки вчителю, психологу, будь-кому із дорослих.
4. Ви маєте право на захист, якщо навіть найрідніші люди принижують вашу гідність.
5. НЕ мовчіть. Діліться своїми проблемами з учителем, класним керівником, психологом, зверніться до міліції. Дані ситуації не можна переводити в таємниці та приховувати.
6. Не вірте у погрози з боку кривдників.
7. Ви маєте право висловлювати і відстоювати свою думку. Чітко і однозначно висловлюйте осуд щодо насильницької поведінки взагалі.
8. Знайте, коли вас постійно контролюють, принижують, примушують до чогось, використовують в спілкуванні з вами лайливі слова, – це насильство.
9. Не вважайте, що ви заслужили на таке ставлення з боку дорослих. Ніхто, в тому числі ваші батьки, рідні, не має права принижувати вас, поводитися жорстоко стосовно дитини – це карається законом. В Сімейному кодексі (ст. 150, ч. 7) написано: «Забороняються фізичні покарання дітей батьками. Та інші види покарань, які принижують людську гідність. Дитина може подати до суду, до громадських організацій, якщо виховання не належне».
10. Навчіться розрізняти поняття «добро» і «зло». Все, що принижує людську гідність, – є зло, все, що звеличує гідність людини, – добро.

3. Попередження сексуального насилля.

1. Навчіться розрізняти почуття закоханості, поваги до вас і почуття надмірної сексуальної збудливості.
2. При перших ознаках "надто чоловічого/жіночого" до вас ставлення не відповідайте на ласки. Будьте холодними і стриманими з людиною, яка намагається притиснутися до вашого живота, стегон, дайте зрозуміти, що вам це неприємно.
3. Не дозволяйте собі сідати до кого б там не було на коліна, не притискайтесь - цим ви провокуєте у них справжнє, хай і не завжди усвідомлене сексуальне збудження. У такий момент починають говорити почуття, а не розум.
4. Намагайтесь не бути дуже оголеними. Ваша віктимна поведінка провокує інших людей на сексуальні думки та вашу дозволеність.
5. Пам'ятайте: будь-яка м'якість, поступливість з вашого боку сприймається як ніжність, уседозволеність і порівнюється з рідким паливом, кинутим у вогонь некерованих почуттів.
6. Не погоджуйтесь в компаніях запалювати чужі цигарки, там може бути наркотик.
7. У компаніях контролюйте свою поведінку і дозу випитого.
8. Не затримуйтеся до пізнього часу у будь-якому місці.
9. Уявіть, чим може закінчитись назване вище.
10. **Якщо небажаний статевий контакт відбувся:**
 - без сорому і в короткий термін повідомте про це батьків та негайно зверніться до лікарів. Найголовніше зберегти Ваше здоров'я, попередити захворювання що передаються статевим шляхом та незаплановану вагітність (для дівчат);
 - зверніться до поліції. Усі дії, які чинили інші люди проти вашої волі є злочином. Не звертайте уваги на погрози кривдника- Закон на Вашому боці.
 - Не бійтеся і не замовчуйте ситуацію

3. Запобігання непередбаченим ситуаціям

3.1. Безпека в ліфті:

- не заходьте в ліфт разом із незнайомими людьми.
- якщо незнайомиць затаскує насильно до ліфтової кабіни – кричіть і кличте на допомогу;

- якщо ви опинилися у замкнутому просторі з людиною ,що чинить проти вас насилля – віддайте усе матеріальне (телефон, прикраси, гроші, сумку тощо), що просить. Здоров'я – найцінніше ,що у вас є.
- ведіть себе максимально спокійно. Ваше завдання запам'ятати кривдника і детально його описати поліції. Залишитися неушкодженим.
- повідомте поліцію про даний випадок. Не замовчуйте, бо в таку ситуацію можуть потрапити і інші люди.

3.2. Безпека в під'їзді:

- не заходьте в під'їзд разом із незнайомими людьми;
- якщо людина йде за вами до вашої квартири, зробіть вигляд що ви обізналися під'їздом (квартирою) і швидко вийдіть з під'їзду;
- якщо незнайомець проявляє форми насилля – штовхає, смикає– кричіть і кличте на допомогу;
- якщо ви опинилися один на один з людиною ,що чинить проти вас насилля – віддайте усе матеріальне (телефон, прикраси, гроші, сумку тощо), що просить. Здоров'я – найцінніше ,що у вас є;
- ведіть себе максимально спокійно. Ваше завдання запам'ятати кривдника і детально його описати поліції. Залишитися неушкодженим;
- повідомте поліцію про даний випадок. Не замовчуйте, бо в таку ситуацію можуть потрапити і інші люди.

3.3 Безпека у вечірній час на вулиці:

- не ходіть через темний парк.
- не одягайте дорогі речі
- не носіть із собою дорогу апаратуру.
- не ходіть нікуди з незнайомими людьми.
- не вірте ні в чому незнайомим.
- не треба скорочувати шлях і йти через пустир, будівництва і парки
- якщо ви помітили попереду гамірливий гурт - зверніть у бік, якщо вас зайняли, покликали, - не відповідайте, йдіть собі.
- якщо за вами хтось іде - пропустіть уперед.
- якщо вам запропонували безкоштовно підвезти додому на машині - відмовтесь.

4. Нікому не відчиняйте дверей, якщо ви вдома самі без батьків. Навіть якщо це дільничий інспектор , перевіряючи з комунальних установ, знайомі батьків. Зателефонуйте в міліцію, перевірте. Якщо все правильно, того, хто прийшов, можна впускати, але не далі передпокою, і так, щоб телефон був біля вас.

5.Способи захисту від насильника можуть бути різними:

1. Пам'ятайте, що в критичній ситуації ви повинні зберегти всіма можливими засобами психологічну рівновагу і світлий розум. Злочинця і гвалтівника це може збити з пантелику, а вам дасть якусь мить для прийняття правильного рішення.
2. Кричіть що є сили, але не кличте на допомогу (навряд чи хто насмілиться вам її надати), а щось типу: "Грабують машину!", "Швидше сюди, почалася пожежа!", "Дитина непритомна на дорозі, допоможіть!" і т.д. Насильник спантеличений, у вас же з'являється шанс на порятунок.
3. Розлучіться, не замислюючись, з будь-яким цінним предметом, якщо мова йде про ваше життя і здоров'я.
4. Опинившись перед найближчим будинком, дзвоніть у будь-які двері, стукайте у них ногами.
5. Якщо ніхто не відчиняє, негайно розбийте вікно або навіть вітрину - вашому життю загрожує небезпека і у вас немає часу обмірковані дрібні неприємності і майбутні фінансові витрати.
6. Якщо на вулиці до вас під'їхав автомобіль і водій став поводитися агресивно, кричіть і тікайте у напрямку, протилежному рухові машини.

7. Ніколи не біжіть, якщо є сумніви, що вам вдасться утекти. У кримінальній ситуації подібна демонстрація свого страху - ще один аргумент на користь насилля, якщо воно вже замислено, - це може стати вирішальним фактором для якогось маніяка або людини з нестійкою психікою: саме втеча може збудити "смак до полювання".
8. Тікаючи, не ведіть переслідувача до свого житла. Намагайтеся бігти туди, де багато світла або до відділення міліції.
9. Для вивільнення від захоплення вдарте нападника у найбільш болісне місце (у коліно, кістку гомілки, очі, чоловіка - в пах).
10. Коли вас утримують, зв'язують, зачиняють і т.д., захищайтеся будь-яким способом, застосовуючи для захисту предмети, що є поруч (ніж, камінь, палицю, стілець, посуд, жменю землі, солі, перцю і т.п.).
11. Запам'ятайте якомога більше прикмет нападника.
12. Опинившись у відносній безпеці, негайно повідомте про те, що сталося, в поліцію. В особливій частині Кримінального Кодексу України (гл.3, ст. 117) за зґвалтування передбачено позбавлення свободи на строк від 3 до 8 років; за групове зґвалтування або зґвалтування неповнолітньої- від 8 до 15 років; гомосексуалізм із застосуванням насилля (ст. 112) карається позбавленням волі на строк від 2 до 5 років, те ж групове - до 8 років.

6. Служби допомоги при скоєнні насилля

Важливо, що з початку 2019 року в Україні діє Закон «Про запобігання та протидію домашньому насильству», і домашнє насильство в нашій країні є злочином. Закон передбачає низку послуг та сервісів, які може отримати людина, що зазнала домашнього насильства, та гарантує невідворотність покарання для її кривдника. Для отримання допомоги та консультацій можна зателефонувати до правоохоронних органів або в правозахисні організації.

Основні номери:

- 102 – Національна поліція України;
- 103 – швидка медична допомога;
- 15-47 – безкоштовна цілодобова «гаряча» лінія для жертв домашнього насильства;
- 116-123 (з мобільного) та 0 800 500-335 (зі стаціонарного) – безкоштовна національна «гаряча» лінія з попередження домашнього насильства;
- 116-111 (з мобільного) та 0 800 500-225 (зі стаціонарного) – національна дитяча «гаряча» лінія
- 0 800 213-103 – цілодобова гаряча лінія безоплатної правової допомоги.

Важливо: оскільки, перебуваючи в одному приміщенні з кривдником, жертва домашнього насилля, не завжди має можливість розповісти про насильство телефоном (це також особливо актуально під час карантину), вона може скористатися чат-ботами МВС України #ДійПротиНасильства у месенджерах:

Телеграм: https://t.me/police_helpbot

Вайбер: <https://tinyurl.com/y8rgatt9>

Зокрема, чат-бот може допомогти людині викликати служби допомоги (поліцію і швидку), переадресувати на спеціалістів безоплатної правової допомоги, які нададуть юридичну консультацію в онлайн-режимі; надати контакти інших служб допомоги, а також роз'яснити, що таке домашнє насильство та як йому протидіяти.

ПАНДЕМІЯ COVID-19 ЗНАЧНО
ПІДВИЩИЛА ЗАГРОЗУ СТАТИ ЖЕРТВОЮ
ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

ФІЗИЧНЕ НАСИЛЬСТВО



1 Не мовчати
розповісти довіреним
особам та тримати з
ними постійний
контакт

ПСИХОЛОГІЧНЕ
НАСИЛЬСТВО



2 ДІЯТИ
повідомити поліцію,
звернутись до психолога
та (чи) юриста, знайти
безпечне житло

СЕКСУАЛЬНЕ
НАСИЛЬСТВО



ЕКОНОМІЧНЕ
НАСИЛЬСТВО



**ЯК ПРОТИДІЯТИ
ДОМАШНЬОМУ
НАСИЛЬСТВУ?**



"ПОЛІНА"
спеціальний
екіпаж
Патрульної
поліції

МВС ЗАПУСТИЛО ЧАТ-БОТ
ЩОДО ПРОТИДІЇ
ДОМАШНЬОМУ НАСИЛЬСТВУ
В УМОВАХ КАРАНТИНУ

@police_helpbot
Telegram



СКАНУЙТЕ QR КОД ТА ОТРИМАЙТЕ
БІЛЬШЕ ПРАВОВИХ ПОРАД



Основні кроки,
які **допоможуть впоратись** із ситуацією
домашнього насильства
в умовах карантину:

3 посткритичний етап
(якщо ви знаходитесь у безпеці і напруга спала)

- якщо вам завдано тілесних ушкоджень, обов'язково зверніться до медичних закладів та детально повідомте лікаря про ситуацію, що сталася
- зафіксуйте всі прояви насильства: фото синців та саден, повідомлень з погрозами, запис телефонних розмов, медичних довідок
- зателефонуйте на 102 та повідомте про ситуацію.
- повідомте своїх родичів або близьких людей про ваш стан та подальші наміри
- змінить свої контактні дані (адресу електронної пошти, номер телефону), вимкніть геолокацію в телефоні, ноутбучі, планшеті, та не відображайте своє місцезнаходження у соціальних мережах