

Під час спілкування формулюйте позитивно-конструктивні фрази

Висловлювання дитини	Як треба діяти	Як не треба діяти
«Ненавижу школу та інше»	Запитайте: «Що відбувається у вас, через що ти так почуваєшся?»	Не кажіть: «Коли я був/була в твоєму віці... та ти просто ледар!»
«Усе здається таким безнадійним»	Скажіть: «Іноді всі ми почуваємося пригніченими. Давай подумаемо, які в нас проблеми і яку з них потрібно вирішити в першу чергу».	Не кажіть: «Подумай краще про тих, кому ще гірше, ніж тобі».
«Усім було б краще без мене!»	Скажіть: «Ти багато важиш для нас і мене турбую твій настрій. Розкажи, що відбувається?»	Не кажіть: «Не кажи дурниць. Давай поговоримо про що-небудь інше».
«Ви не розумієте мене!»	Скажіть: «Розкажи мені, як ти почуваєшся. Я справді хочу це знати».	Не кажіть: «Хто ж може зрозуміти молодь у наші дні?»
«Я зробив/зробила жахливий вчинок»	Скажіть: «Давай поговоримо про це».	Не кажіть: «Що посіш, те й пожнеш!»
«А якщо у мене не вийде?»	Скажіть: «Якщо не вийде, я знатиму, що ти зробив/зробила все можливе».	Не кажіть: «Якщо не вийде, то ти недостатньо постараєшся/постаралася!»

РЕКОМЕНДАЦІЇ БАТЬКАМ АБО ІНШИМ ЗАКОННИМ ПРЕДСТАВНИКАМ ДЛЯ СПІЛКУВАННЯ З ДИТИНОЮ, ЯКА ПОТРАПИЛА В СИТУАЦІЮ НАСИЛЬСТВА/АБО СТАЛА СВІДКОМ/АБО СКОЇЛА НАСИЛЬНИЦЬКІ ДІЇ/ВЧИНИВ(-ЛА) БУЛІНГ

Ви повинні засвідчити, що розумієте та підтримуєте дитину, що ви – на її боці. Це можна зробити за допомогою простих фраз:

- «Я тобі вірю»;
- «Я тебе чую»;
- «Я тебе підтримаю»;
- «Давай поговоримо про цю ситуацію»;
- «Що відбувається, через що ти так почуваєшся?»;
- «Іноді ми всі почуваємося пригніченими. Давай подумаемо, як я можу тобі допомогти почуватися краще?»;
- «Я тебе люблю і мене турбую твій настрій. Скажи, що відбувається?»;
- «Поділись зі мною тим, що тебе бентежить. Я справді хочу це знати»;
- «Мені шкода, що це сталося»;
- «Дякую, що ти розповів(-ла)»;
- «Як ти думаєш, кому ще ти можеш розповісти про те, що відбулося/відбувається?»;
- «Давай подумаемо, що ми можемо зробити, щоб такого більше не сталося?»;
- «Ти можеш звертатися до мене стільки, скільки це буде тобі потрібно»;
- «Відчувати провину – це нормально»;
- «Я розумію, що ти зараз можеш почуватися по-різному, але це нормально для цієї ситуації»;
- «Ця розмова є дуже важливою для вирішення цієї ситуації».

Також у ситуації домашнього насильства можна звернутися за консультаціями юристів, психологів та соціальних працівників на:

- Національну гарячу лінію для дітей та молоді за тел. 116 111 з мобільних або 0800 500 225 зі стаціонарних (цилодобово), через соціальні мережі: Instagram – childhotline_ua; Telegram – CHL116111; Facebook – @childhotline.ukraine. Лінія є безкоштовною, анонімною та конфіденційною;
- Національну гарячу лінію з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та ґендерної дискримінації за тел. 0 800 500 335 або 116 123 з мобільних або стаціонарних цілодобово (безкоштовно, анонімно, конфіденційно); каналами електронного зв'язку: електронною поштою hotline@la-strada.org.ua; Telegram NHL116123; Messenger lastradaukraine; Skype lastrada-ukraine; Facebook <https://www.facebook.com/lastradaukraine>;
- Гарячу лінію для осіб, які постраждали від домашнього насильства, що створена на базі Урядового контактного центру за номером 15-47. Сервіс доступний цілодобово, дзвінки є безкоштовними зі стаціонарних та мобільних телефонів, анонімними та конфіденційними.

ЯК БАТЬКАМ ЗАПОБІГТИ РИЗИКІВ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА ЩОДО ДІТЕЙ В ПЕРІОД ВІЙНИ

”

Домашнє насильство – адміністративний та кримінальний злочин (173-2 ст. Кодексу про адміністративні правопорушення, ст.126-1 Кримінального Кодексу України)

”

Важкий емоційний та психологічний стан дорослих, спричинений війною, не виправдовує домашнє насильство над дітьми!

Домашнє насильство може проявлятися, коли батьки, сестри, брати, тітки, дядьки, бабусі, дідусі або інші родичі (незалежно від місця, де відбувається насильство) вчиняють до дитини:

- штовхання;
- хапання, ляпаси;
- викручування рук;
- смикання за волосся;
- завдання синців та побоїв на тілі;
- сексуальні домагання;
- дій сексуального характеру;
- словесні образи, погрози вбивством,
- приниження;
- залякування;
- пошкодження, псування або приховування особистих речей тощо;
- примус виконувати важку непосильну роботу;
- позбавлення їжі, одягу та іншого майна чи коштів;
- інше.



РЕКОМЕНДАЦІЇ БАТЬКАМ ПРО ПОВОДЖЕННЯ З ДИТИНОЮ, ЯКЕ УНЕМОЖЛИВИТЬ СКОЄННЯ СИТУАЦІЇ НАСИЛЬСТВА ЧИ ПОТРАПЛЯННЯ В НЕЇ:

- ☑ дитина має почуватися з вами на рівних, як із другом/подругою. Це дозволить встановити довірливі, чесні, відкриті стосунки. Тоді вона/він зможе відверто розповісти вам про свої проблеми та труднощі;
- ☑ при спілкуванні з дитиною намагайтесь обирати для себе таке місце розташування, щоб ваші очі та очі дитини були на одному рівні;
- ☑ заохочуйте дитину розповідати про свої почуття, переживання;
- ☑ виявляйте щире співчуття та інтерес до дитини, не перетворюйте розмови з нею на допит, ставте прості, ширі запитання («Що трапилося?», «Що сталося?»);
- ☑ уважно вислуховуйте дитину;
- ☑ старайтеся побачити ситуацію очима дитини;
- ☑ допомагайте дитині знайти власний вихід із ситуації;
- ☑ ваша роль полягає в тому, щоб надати дружню підтримку, почути дитину, бути поряд, коли вона страждає, навіть якщо вам здається, що її проблему вирішити неможливо;
- ☑ сприймайте дитину як особистість з її цінностями, переконаннями, бажаннями; якщо ви не знаєте, що говорити, просто будьте поруч;
- ☑ цікавтеся життям дитини:
 - Як твої справи? Ти чимось засмучений(-на)? Що приємного сталося сьогодні?;
 - Що тобі подобається? Розкажи про своїх друзів? Яку ти любиш музику, ігри? Я хочу послухати її разом із тобою/пограти з тобою;
- ☑ звертайте увагу на коло спілкування дитини в реальному житті. Цікавтеся, хто її друзі, чим вони займаються;
- ☑ виявляйте цікавість до того, в яких соціальних мережах та групах вона спілкується, з ким контактує, на які теми. Контролюйте перебування та спілкування вашої дитини в Інтернеті, використовуючи сучасні технології.



Національна гаряча лінія з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації:

📞 116 123, 0 800 500 335

📧 @NHL116123

👤 @lasrada-ukraine

👤 @lasradaukraine

Цей матеріал було розроблено та надруковано в рамках проекту «Попередження гендерно зумовленого насильства, торгівлі людьми та порушення прав дітей: надання послуг підтримки для постраждалих осіб» за підтримкою Міжнародної Протестантської агенції служби розвитку протестантської Діаконії «Хліб для Світу»

© Громадська організація «La Strada-Україна». 2022. Матеріал підготовлено Андрієнково Вероніка, Легєнська Марина, Харківська Тетяна, Бондар Валерія.