

Що молодь повинна знати про ДОВІРЕНИХ ДОРΟΣЛИХ



Як поведуться довірені дорослі?



- Довірений дорослий — це та особа, чиї слова і дії дають тобі відчуття безпеки. Довірені дорослі...
 - Слухають тебе, не засуджуючи, і не перебивають
 - Вірять тобі і серйозно ставляться до твоїх турбот і проблем
 - Поважають твої кордони, твоє тіло та твій особистий простір
 - Пояснюють усе чітко, зокрема, що можна, а що не можна зберігати в таємниці
- Довірені дорослі повинні поводитися так у реальному житті *та* в Інтернеті.

Як НЕ поведуться довірені дорослі?



- Довірені дорослі **НЕ** вимагають від тебе робити те, що викликає у тебе дискомфорт чи почуття небезпеки.
- Вони не ображають тебе.
- Вони не погрожують тобі.
- Вони не завдають тобі шкоди.

Поширені запитання

Якщо мені потрібна допомога, як я можу повідомити про це довіреному дорослому?

Попроси поговорити **наодинці**. Поясни свої занепокоєння довірений дорослій особі.

Якщо не хочеш говорити особисто, надішли **текстове повідомлення**, електронного **листа** або напиши **листа** і передай його довірений дорослій особі.

Що робити, якщо ця людина не повірить мені, коли я скажу, що потребую допомоги?

Ти все одно маєш право на підтримку. Якщо це трапиться, можна звернутися до іншого дорослого, чия робота полягає в тому, щоб підтримувати тебе, наприклад, до вчителя, соціального працівника або психолога. Ти можеш розповідати про це стільком людям, скільком потрібно, щоб отримати підтримку.





Дорослі, чия робота полягає в тому, щоб забезпечувати тобі безпеку та підтримку

- Соціальні працівники *
- Вчителі, директори та інші співробітники навчального закладу *
- Працівники правоохоронних органів, як-от поліцейські *
- Лікарі, медсестри та інші працівники у сфері охорони здоров'я *
- Психологи, психотерапевти та інші фахівці у галузі психічного здоров'я *

Довірені дорослі у твоїй громаді

Це дорослі, котрих ти можеш знати з родинного кола, серед сусідів, у школі, на спортивних заняттях, у релігійній спільноті або в рамках інших заходів.

- Дорослі у твоїй родині
- Сусіди
- Тренери
- Дорослі в місцях релігійного вшанування
- Дорослі у родинях твоїх друзів



Чи слід автоматично довіряти усім цим дорослим?



Не завжди. Довірена доросла особа — це та, котра дає тобі відчуття безпеки, вислуховує тебе і поважає твої кордони. Довіра будується з часом, і це нормально, якщо ти комусь не одразу довіряєш або й узагалі не довіряєш.

Використовуй наведений вище перелік, щоб поміркувати про дорослих, котрим ти довіряєш у своєму житті.

* Деякі дорослі зобов'язані за законом допомагати дбати про безпеку молоді. Ці дорослі також відомі як особи, які **за законом зобов'язані повідомляти про правопорушення**. Це означає, що якщо ти повідомляєш особі, яка за законом зобов'язана повідомляти про серйозну шкоду, зловживання або небезпеку, з якими ти стикаєшся, вона зобов'язана повідомити про це, щоб тебе захистити.