

## **Если Вы не хотите стать жертвой насилия?**

1. Собираясь провести вечер в незнакомой компании, возьмите с собой приятеля, в котором уверены.
2. В начале вечеринки предупредите всех, что не уйдете, не попрощавшись. Если Вы покидаете компанию с кем-то, то скажите друзьям с кем.
3. Доверяйте своей интуиции. Если Вы ощущаете психологический дискомфорт, то это может быть потому, что Вы не чувствуете себя в безопасности.
4. Установите для себя четкие пределы: чего Вы хотите, а чего не позволите.
5. Сохраняйте способность принимать ясные решения и правильно реагировать в любой ситуации.
6. Ведите себя уверенно. Вы имеете право думать и заботиться о себе, даже если этим Вы можете задеть чувство другого.
7. Если есть возможность, чтобы Вас встретили или забрали с вечеринки, то воспользуйтесь ею. Не пользуйтесь в одиночку услугами частного транспорта. В этом случае попросите провожающего записать номер машины.
8. Будьте осторожны, если кто-то: находится слишком близко и не обращает внимание на дискомфорт, который Вы испытываете, пристально смотрит на Вас и демонстративно разглядывает, не слушает того, что Вы говорите, игнорирует Ваши чувства, ведет себя с Вами, как хороший знакомый, хотя это не так.

## **Если Вы не хотите стать жертвой насилия?**

1. Собираясь провести вечер в незнакомой компании, возьмите с собой приятеля, в котором уверены.
2. В начале вечеринки предупредите всех, что не уйдете, не попрощавшись. Если Вы покидаете компанию с кем-то, то скажите друзьям с кем.
3. Доверяйте своей интуиции. Если Вы ощущаете психологический дискомфорт, то это может быть потому, что Вы не чувствуете себя в безопасности.
4. Установите для себя четкие пределы: чего Вы хотите, а чего не позволите.
5. Сохраняйте способность принимать ясные решения и правильно реагировать в любой ситуации.
6. Ведите себя уверенно. Вы имеете право думать и заботиться о себе, даже если этим Вы можете задеть чувство другого.
7. Если есть возможность, чтобы Вас встретили или забрали с вечеринки, то воспользуйтесь ею. Не пользуйтесь в одиночку услугами частного транспорта. В этом случае попросите провожающего записать номер машины.
8. Будьте осторожны, если кто-то: находится слишком близко и не обращает внимание на дискомфорт, который Вы испытываете, пристально смотрит на Вас и демонстративно разглядывает, не слушает того, что Вы говорите, игнорирует Ваши чувства, ведет себя с Вами, как хороший знакомый, хотя это не так.