

НАСИЛИЕ – это нарушение личной неприкосновенности

НАСИЛИЕ

может совершаться

на работе

дома

в компаниях

Что делать, чтобы предупредить насилие?

1 Установить личные границы.

Громко сказать: "Не делайте так, это домогательство" или "Не говорите со мной так, это неприемлемо".

2 Стараться не вступать в спор.

Внимание будет только поощрять их неприличное поведение.

3 Постараться привлечь посторонних.

Например, сказать: "Мне нужна ваша помощь!", "Вы можете подождать меня?"

4 Не молчать!



КМПА
Казахстанская ассоциация
по половому и репродуктивному
здоровью (КМПА)



IPPF
International
Planned Parenthood
Federation

**Зорлық–зомбылық –
тұлғаның жеке
бастылығына
қолсұғушылық**

**Зорлық–зомбылық
әрекеттері
болуы мүмкін**

жұмыста

үйде

компанияларда

**Зорлық–зомбылық әрекеттерін
алдын алу үшін не істеу керек?**

1

Жеке шекараларды белгілеу.

Жоғары дауыс ырғағымен: «Бұлай істемеңіз, бұл деген нағыз қысым көрсету, алымсақтық» немесе «Маған дәрекі сөйлемеңіз, бұл орынсыз» деп айтыңыз.

2

Ұрыс және жанжалға түсуден қашқақтаңыз.

Ұрысқа түсу арқылы сіз күш көрсетуші жақты ашуландырып, одан әрі дәрекілігін оятасыз.

3

Көмекке басқа адамдарды шақырыңыз.

Мысалы, жаныңыздан өтіп бара жатқан адам болса «Маған сіздің көмегіңіз керек», «Сіз мені күте тұра аласызба?» деген сөздерді қолданып көмек сұраңыз.

4

Үндемей қалмаңыз!



КМПА
Жыныстық және репродуктивтік
денсаулық жөніндегі
Қазақстандық қауымдастығы (КМПА)



IPPF International
Planned Parenthood
Federation