

CO DĚLAT, KDYŽ...

KAMARÁD*KA ZAŽÍVÁ DOMA NĚCO TĚŽKÉHO...

Všímáš si, že některý z kamarádů často vypadá smutně, naštvane nebo naznačuje, že doma není v bezpečí? Můžeš pomoci tak, že ho vyslechněš a doporučíš pomoc někomu dospělého.

1. Dej najevo, že ti záleží na tom, co prožívá.

→ „Můžeš se mi svěřit, pokud chceš. Jsem tady pro tebe.“

→ Neslibuj ale, že si to necháš pro sebe. Pokud je to vážné, potřebuje pomoc dospělého.

2. Jak můžeš poznat, že je situace opravdu vážná?

→ Mluví o tom, že rodiče na něj hodně křičí a ponižují ho. Bojí se a říká, že nechce jít domů. Zmínil se, že mu rodiče ublížili fyzicky. Říká, že by raději nebyl.

3. Doporuč možnosti pomoci.

→ Ať už kamarád*ka prožívá cokoliv těžkého, je třeba vyhledat pomoc. Můžeš říct, že pomoc vyhledáte spolu, nebo doporučit krizové linky.

4. Pokud kamarád*ka nebude chtít vyhledat pomoc, vyhledej ji ty.

→ Říct si o pomoc není žalování – je to způsob, jak chránit blízké.

5. Pamatuji, že...

- Každé dítě má právo cítit se doma v bezpečí.
- Není tvým úkolem situaci vyřešit – ale můžeš pomoci tím, že to nenecháš být.
- Nemusíš mít všechny odpovědi – důležité je, aby věděl, že není sám.
- Někdy stačí promluvit s dospělým, aby se věci začaly měnit.



NEVÍŠ SI RADY?
JSME TU PRO TEBE.
OZVI SE NA NÁŠ CHAT!
WWW.DETSTVIBEZNASILICZ



CO DĚLAT, KDYŽ...

KAMARÁD*KA ZAŽÍVÁ DOMA NĚCO TĚŽKÉHO...

Všímáš si, že některý z kamarádů často vypadá smutně, naštvane nebo naznačuje, že doma není v bezpečí? Můžeš pomoci tak, že ho vyslechněš a doporučíš pomoc někomu dospělého.

1. Dej najevo, že ti záleží na tom, co prožívá.

→ „Můžeš se mi svěřit, pokud chceš. Jsem tady pro tebe.“

→ Neslibuj ale, že si to necháš pro sebe. Pokud je to vážné, potřebuje pomoc dospělého.

2. Jak můžeš poznat, že je situace opravdu vážná?

→ Mluví o tom, že rodiče na něj hodně křičí a ponižují ho. Bojí se a říká, že nechce jít domů. Zmínil se, že mu rodiče ublížili fyzicky. Říká, že by raději nebyl.

3. Doporuč možnosti pomoci.

→ Ať už kamarád*ka prožívá cokoliv těžkého, je třeba vyhledat pomoc. Můžeš říct, že pomoc vyhledáte spolu, nebo doporučit krizové linky.

4. Pokud kamarád*ka nebude chtít vyhledat pomoc, vyhledej ji ty.

→ Říct si o pomoc není žalování – je to způsob, jak chránit blízké.

5. Pamatuji, že...

- Každé dítě má právo cítit se doma v bezpečí.
- Není tvým úkolem situaci vyřešit – ale můžeš pomoci tím, že to nenecháš být.
- Nemusíš mít všechny odpovědi – důležité je, aby věděl, že není sám.
- Někdy stačí promluvit s dospělým, aby se věci začaly měnit.



NEVÍŠ SI RADY?
JSME TU PRO TEBE.
OZVI SE NA NÁŠ CHAT!
WWW.DETSTVIBEZNASILICZ

