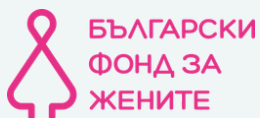




ОБУЧИТЕЛЕН МОДУЛ

ОБУЧИТЕЛНИ СЕСИИ ЗА
МЛАДЕЖИ, НАСТАНЕНИ В
АЛТЕРНАТИВНА ГРИЖА



Съфинансирано от
Европейския съюз



ОТНОСНО МОДУЛА

Настоящият обучителен модул е разработен в рамките на проект „Силни заедно: Достъп до права и овластяване“, изпълняван от фондация Дигнита по сключен Договор за предоставяне на безвъзмездно целево финансиране № 24-PROP-000773, сключен с Български фонд на жените (БФЖ) по програма „Силна“ на БФЖ - феминистка солидарност за противодействие на полово-базираното насилие.

ЦЕЛ НА ОБУЧЕНИЕТО

Модулът е предназначен за обучители, които работят с деца и тийнейджъри, настанени в Центрове за настаняване от семеен тип (ЦНСТ) и наблюдавани жилища.

Обученията имат за цел да изградят у децата и младежите конкретни умения за разпознаване и реакция при три взаимосвързани риска: онлайн въвличане и сексуално изнудване; трафик на хора; домашно насилие и насилие в интимна връзка.

Модулът цели да предаде теоретични знания и да трансформира информацията в „умения за оцеляване“ - критично мислене, разпознаване на ранни сигнали и проактивно поведение.

След преминаване през всички теми всяко дете трябва да може да:

- (1) идентифицира поне три „червени флага“ в онлайн профил или интимна връзка;
- (2) назове конкретни стъпки за самозащита и опазване на доказателства;
- (3) знае кои са телефоните за помощ и какво се казва при обаждане;
- (4) разпознае, че отговорността при насилие и експлоатация винаги е на извършителя, не на жертвата.

ЦЕЛЕВА ГРУПА

Основната целева група са младежи на възраст 13-18 години, настанени в алтернативна грижа (ЦНСТ и наблюдавани жилища). Тази група има специфични уязвимости, които учителят трябва да отчита през цялото време:

- **По-висок риск от въвлечение в трафик и експлоатация.** Изследвания на Държавната агенция за закрила на детето и на международни организации (UNICEF, ЕСПАТ) показват, че децата, израснали в институционална грижа, са силно уязвими към трафик на хора. Причините са комплексни: липса на стабилна привързаност към възрастен, ниска самооценка, недостиг на емоционално внимание - все слабости, които трафикантите и груумърите търсят целенасочено.
- **Висока вероятност за преживяно насилие.** Мнозинството от децата в ЦНСТ са попаднали там именно поради насилие, занемаряване или други неблагоприятни преживявания в детството. Темите в модула не са абстрактни - те ще резонират с лични спомени. Това изисква повишена чувствителност и присъствие на психолога на центъра.
- **Липса на модел на здравословна интимна връзка.** Много от децата никога не са виждали зряло, ненасилствено партньорство между възрастни. Затова едно от ключовите послания на модула е „речник“ - да им дадем думи, с които да назоват какво е нормално и какво не е.
- **Подсилено чувство на вина и срам.** Често децата от ЦНСТ носят вътрешно убеждение, че „каквото им се случва, го заслужават“. Този мит трябва да се разбива при всяка възможност в обучението.

ОСНОВНИ ПРИНЦИПИ

1. **Безопасността е над съдържанието.** Ако в групата започне криза, спрете обучението и извикайте психолога на центъра.
2. **Не питайте публично „случвало ли ти се е“.** Вместо това питайте: „Чували ли сте за такива случаи“, „Какво би направил някой на твоето място“. Личните истории могат да се разказват в индивидуални разговори след сесията.
3. **Отговорността е винаги на извършителя.** Това послание трябва да прозвучи няколко пъти.

В следващите страници подробно са описани структурата и съдържанието, чиито части са представени от няколко компонента: продължителност, цел, теоретична част, учебни стъпки, бележки към учителя, необходими материали.

Общата продължителност на обучението е между 2 и 3 часа, в зависимост от възрастта на децата, фокуса им, спецификата и динамиката в стаята.



СЪДЪРЖАНИЕ

ВЪВЕДЕНИЕ В ОБУЧЕНИЕТО	5
ИНТЕРНЕТ БЕЗОПАСНОСТ И РИСК ОТ ОНЛАЙН ВЪВЛИЧАНЕ	8
ТРАФИК НА ХОРА - ПРЕСТЪПЛЕНИЕ, ФОРМИ И МЕХАНИЗМИ	12
ДОМАШНО И ИНТИМНО НАСИЛИЕ - РАЗПОЗНАВАНЕ И ПРЕВЕНЦИЯ	19
ЗАКЛЮЧЕНИЕ: ОБОБЩЕНИЕ И ИЗХОДЯЩ ВЪПРОСНИК	27
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	30
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	32
ПРИЛОЖЕНИЕ 3	34
ПРИЛОЖЕНИЕ 4	35
ПРИЛОЖЕНИЕ 5	48
ПРИЛОЖЕНИЕ 6	49
ПРИЛОЖЕНИЕ 6	51



ВЪВЕДЕНИЕ В ОБУЧЕНИЕТО

🕒 30 мин

ЦЕЛ Създаване на безопасна и доверителна атмосфера, в която младежите да се чувстват свободни да споделят и задават въпроси. Определяне на общи правила и установяване на базово ниво на знания и нагласи

Първите 30 минути определят успеха на обучението. Децата от ЦНСТ често имат опит с много различни специалисти, доброволци и възрастни, които идват за кратко, задават въпроси и си тръгват. Поради тази причина част от тях подхождат с недоверие, наблюдават внимателно реакциите на учителя и рядко споделят свободно още в началото. Преди да започнат да учат нова информация, те трябва да се почувстват сигурни в средата и в хората около себе си.

Изследванията показват, че хората учат по-активно и участват по-пълноценно, когато се чувстват в безопасност да задават въпроси, да изразяват мнение и да допускат грешки без страх от подигравка, осъждане или наказание¹. Тази среда се описва с понятието „психологическа безопасност“.

В контекста на настоящото обучение това означава децата да знаят, че могат да кажат „не знам“, да не са съгласни, да зададат въпрос или да изберат да не споделят нещо лично, без това да води до негативна реакция. Първата задача на учителя е да изгради доверие и усещане за сигурност в групата.

ОПОЗНАВАНЕ И СПОДЕЛЯНЕ НА ЦЕЛИ

1.1

🕒 10 мин

Представете себе си с кратко лично изречение („Казвам се... и съм тук, защото..., харесвам да правя...“). След това поканете всеки участник да каже името си, какво най-много обича и една дума, с която описва настроението си днес. Не коментирайте и не оценявайте отговорите.

Обяснете целта на обучението с прости думи. Пример: „В следващите срещи ще говорим за неща, които може да са ви се случвали или да се случват около вас - в интернет, у дома, с приятели. Целта е да ви дадем инструменти да разпознавате опасности и да знаете как да се защитите.“

ПРАВИЛА НА ГРУПАТА

1.2

🕒 5 мин

Обяснете накратко следните принципи:

- **Конфиденциалност:** „Каквото се сподели тук, остава тук“ - с важното изключение, че ако някой е в непосредствена опасност, учителят е длъжен да реагира.
- **Уважение:** не се прекъсваме, не се подиграваме, всяко мнение има право да бъде изслушано.
- **Право на мълчание:** всеки има право да не отговаря на въпрос или да не участва в упражнението.
- **Без телефони по време на обсъждане** (освен ако не се използват за упражнението).

Преди да представите правилата, можете да поканите участниците сами да предложат какво е необходимо, за да се чувстват спокойни и уважавани по време на обучението. Добра практика е списъкът с правила да остане видим в помещението по време на всички срещи. Това помага правилата да бъдат възприети като обща договореност на групата, а не като изисквания, наложени от учителя.

ИНТЕРАКТИВНА ТЕХНИКА „КУТИЯ ЗА АНОНИМНИ ВЪПРОСИ“

1.3

🕒 5 мин

ЦЕЛ НА ТЕХНИКАТА

Събиране на въпроси, които децата се притесняват да зададат гласно - особено по теми, свързани с интимност, насилие или лични преживявания.

Изследвания в областта на сексуалното образование и превенцията на насилието² показват, че голяма част от въпросите, които децата имат по тези теми, остават незададени поради срам, страх от подигравка или притеснение, че самият въпрос ще издаде нещо лично. Анонимната кутия премахва тези бариери и често дава най-добрия материал за дискусия през целия цикъл – въпросите са истински, а не учебни.

ИНСТРУКЦИИ

- Раздайте по 2-3 листчета на всяко дете.
- Обяснете: „Напишете въпрос, на който искате да получите отговор по някоя от темите, които ще разглеждаме. Не пишете име. Ако нямате въпрос сега, оставете листчето празно или напишете думата „пас“.“
- Дайте 3-5 минути за писане в тишина.

Всеки пуска листчетата си в кутията - включително празните, за да се запази анонимността.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Кутията остава с вас през целия обучителен цикъл. В началото или края на всяка следваща сесия изваждате 2-3 въпроса и отговаряте на тях.

ВХОДЯЩ ВЪПРОСНИК ЗА НАГЛАСИ

1.4

🕒 10 мин

ЦЕЛ НА ТЕХНИКАТА

Измерване на базовото ниво на информираност и нагласи, което ще бъде сравнено с изходящия тест в края на модула.

Виж Приложение 1

Въпросникът има две функции: измерване на промяната (сравнение с изходящия въпросник в края) и сигнализиране на нагласи, които изискват специално внимание. Ако например 80% от групата отговори „съгласен“ на „ако обичам някого, е нормално той да проверява телефона ми“, знаете, че Тема 3 (домашно/интимно насилие) ще изисква по-задълбочена работа.

Формат. Кратък анонимен въпросник (8–10 твърдения), на които детето отбелязва „Съгласен / Не съм съгласен / Не съм сигурен“.

Примерни твърдения:

- Ако някой в интернет ми иска снимка, е нормално да я изпратя, ако ми е симпатичен.
- Ако някого го бият у дома, това си е негов семеен проблем.
- Мога да разпозная фалшив профил по снимките му.
- Ако обичам някого, е нормално той да проверява телефона ми.
- Ако някой ми предложи работа в чужбина с много пари, най-вероятно е измама.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Раздайте въпросниците и ползвайте кутията, ако възрастта и настроението в стаята го позволяват. Не обсъждайте „верните“ отговори сега - темите ще бъдат разгледани в съответните секции. Съхранете въпросниците, за да ги сравните с изходящите.

Необходими материали: Листчета и химикалки за всеки участник, кутия или друг непрозрачен контейнер за събиране и съхранение на анонимните въпроси през целия обучителен цикъл, разпечатани въпросници (Приложение 1).

ЗАВЪРШВАНЕ НА СЕСИЯТА

1.5

Обобщете накратко какво сте направили: запознали сте се, създали сте общи правила за работа, събрали сте анонимни въпроси и сте измерили началното ниво на знания и нагласи в групата.

Подгответе участниците за следващата тема, като им кажете, че в следващата сесия ще говорите за интернет безопасността, онлайн запознанствата и начините, по които хора могат да използват интернет, за да манипулират или подвеждат други хора.



Тема 1

ИНТЕРНЕТ БЕЗОПАСНОСТ И РИСК ОТ ОНЛАЙН ВЪВЛИЧАНЕ

🕒 45 мин

ЦЕЛ Участниците да разпознават механизмите на онлайн манипулация, да разбират риска от изнудване с интимни материали и да владеят базови технически умения за самозащита.

ВЪВЕЖДАНЕ В ТЕМАТА 2.1

🕒 10 мин

Онлайн рискът е „входната врата“ към много от другите рискове в модула. Децата и младежите прекарват значителна част от времето си в интернет, където създават приятелства, търсят информация и общуват с хора от различни места. Данните показват, че всеки трети интернет потребител в света е човек под 18 години³. В същото време извършителите на онлайн злоупотреби непрекъснато усъвършенстват методите си за печелене на доверие и манипулиране на деца и младежи⁴. Това прави разпознаването на ранните предупредителни сигнали важно умение за безопасност в дигиталната среда.

За въвеждане в темата можете да използвате едно от видеата от поредицата „Младите говорят“ на Националния център за безопасен интернет, достъпна на <https://safenet.bg/mladite-govoryat/>. Подберете видеото според възрастта и особеностите на групата. При необходимост можете да използвате и друг подходящ видеоматериал, свързан с онлайн безопасността и рисковете в интернет.

Започнете с въпрос към групата: „Звучи ли ви познато?“, „Чували ли сте за случаи, в които някой непознат в интернет пише на деца?“ Изслушайте 2-3 споделяния без коментар, благодарете и преминете напред.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Не настоявайте да споделят лични истории. Целта е само да активирате темата в главите им, не да изкопаете преживявания.

МЕХАНИЗМИ ЗА ОНЛАЙН МАНИПУЛАЦИЯ - GROOMING

2.2

🕒 10 мин

UNICEF определя онлайн grooming като сексуално злоупотребяване, при което възрастен общува с лице под 18 години с намерение да установи сексуална връзка. Процесът се изгражда във времето: извършителят започва с изграждане на отношения, опознава нуждите и уязвимостите на детето, изгражда доверие чрез манипулация, превръща връзката в „тайна“ и постепенно ескалира към злоупотреба, която може да премине от онлайн към физическа.

Обяснете какво е grooming с прости думи: *„Това е процес, в който възрастен човек постепенно изгражда връзка с дете или с друг уязвим възрастен онлайн с цел да го използва - сексуално, за пари, за манипулация. Не се случва за един ден - затова е толкова опасно, трудно се разпознава.“*

Класическият модел на O'Connell⁵, използван в международната литература и преподаването на органите на реда, описва процеса в пет нелинейни етапа:

- (1) изграждане на приятелство
- (2) изграждане на връзка
- (3) ексклузивност (изграждане на доверие чрез споделени тайни)
- (4) оценка на риска (груумърът проверява дали ще бъде разкрит)
- (5) сексуална фаза

По-късни автори добавят шеста фаза - заключение/среща на живо.

Важно е децата да разберат, че процесът НЕ е линеен: груумърът може да се връща назад към „приятелски“ режим, ако усети съпротива, и след това отново да ескалира. Едно дете, което вече е в средата на процеса, често не разпознава, че се случва, защото му изглежда като „нормална връзка с отделни проблеми“.

Представете 5-те етапа на groominga:

- Избор на жертва - търсят деца, които изглеждат самотни, с ниско самочувствие или с проблеми у дома и изграждат приятелство на базата на общи теми.
- Изграждане на доверие и връзка - комплименти, внимание, „аз те разбирам“, „ти си различен/различна“.
- Запълване на нужда и ексклузивност - подаръци, пари, слушат проблемите, карат детето да се чувства специално.
- Изолация и оценка на риска - „Не казвай на никого, няма да разберат“; „Това е нашата тайна“.
- Сексуализация и контрол - искане на снимки, срещи, изнудване когато детето иска да спре.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Подчертайте, че вината НИКОГА не е на жертвата. Манипулаторът е обучен да намира слабости - това е неговата стратегия, не вина на жертвата.

РОМАНТИЧНИ ИЗМАМИ“ И SEXTORTION

2.3

🕒 10 мин

„Романтични измами“ се отнася за случая, когатонякой се представя за влюбен/влюбена, често използва снимки на красив непознат човек. След седмици „връзка“ започва да иска пари, снимки, или кара жертвата да направи нещо рисково.

Sextortion (изнудване с интимни материали): когато вече са изпратени снимки или видеа, извършителят заплашва, че ще ги покаже на родителите, в училище или онлайн, освен ако жертвата не плати, не изпрати още материали или не изпълни друго искане.

Sextortion е една от най-бързо растящите форми на онлайн престъпност срещу деца. Според данни от България, в периода 2020–2024 г. сигналите за онлайн сексуална експлоатация са се увеличили многократно, като голяма част от жертвите са непълнолетни⁶. Международните данни показват сходна тенденция в световен мащаб⁷.

Ключовото послание към участниците: плащането или изпращането на още материали никога не спира изнудвача, а го окуражава. Единственият път напред е спиране на комуникацията, запазване на доказателства и разкриване пред възрастен.

КАКВО СЕ ПРАВИ ПРИ SEXTORTION:

- НЕ плащай и не изпращай още нищо - това НЕ спира изнудвача, само го окуражава.
- Запази доказателства - екранни снимки на разговорите, профили, номера.
- Блокирай профила, но СЛЕД като си запазил доказателствата.
- Кажете на възрастен, на когото имаш доверие - родител, социален работник, психолог. Не си сам.
- Сигнализирай на Националния център за безопасен интернет (www.safenet.bg) или чрез горещата линия 124 123.

ЗАЩИТА НА ЛИЧНИ ДАННИ И ТЕХНИЧЕСКИ УМЕНИЯ

2.4

🕒 5 мин

Преминете през практическите стъпки с участниците:

- Настройки за поверителност: профилите в социалните мрежи да са на „само приятели“, не публични.
- Не публикувай: адрес, телефон, училище, локация в реално време.
- Двухфакторна автентикация (2FA) - обяснете как се включва в Instagram/TikTok/Facebook.
- Как се блокира и докладва профил в основните приложения.
- Запазване на доказателства: екранна снимка (screenshot).



ИНТЕРАКТИВНА ТЕХНИКА: „ПРОФИЛЕН ДЕТЕКТИВ“

🕒 10 мин

2.5

ЦЕЛ НА ТЕХНИКАТА

Участниците да разпознават „червени знамена“ във фалшиви социални профили чрез практически анализ.

Виж Приложение 3

Подготовка на профилите (преди сесията):

- Фалшив профил 1: снимки, които изглеждат сякаш са от моден сайт; профилът е създаден преди 2 седмици; 8 последователи; публикациите са генерични.
- Фалшив профил 2: „20-годишен“, но снимки от различни години и различни хора; описание с прекалено много комплименти в биографията.
- Автентичен профил: нормален профил на тийнейджър - снимки с приятели, семейство, ежедневни неща.
- Подозрителен, но автентичен профил (труден случай): реален човек, но с поведение, което може да е рисково - често добавя непознати, флиртува в коментарите.

СТЪПКИ НА УПРАЖНЕНИЕТО

Стартирайте дискусията по профил:

- Снимките последователни ли са? Колко последователи и кои са? Има ли взаимодействие в коментарите? Какво не пасва?
- Какъв е изводът: фалшив / автентичен и защо.
- Обучителят разкрива „верния отговор“ и коментира пропуснатите знамена.

При това упражнение участниците често бързат да обявят профила за фалшив или автентичен по първия впечатлителен признак. Спрете ги и ги върнете към системата:

- брой последователи спрямо възраст на профила;
- еднородност на снимките (същият човек, същата стилистика);
- нормално взаимодействие в коментарите от хора, които изглеждат реални;
- биография, която звучи като биография на човек, а не на маркетингова кампания.

Ицята не е да познаят „верния отговор“, а е да изградят рефлекс за систематична проверка.

ДЕБРИФИНГ

- Кой флаг беше най-труден за разпознаване?
- Случвало ли ви се е да срещнете подобен профил в реалността?
- Какво ще правите следващия път, когато ви пише непознат?

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Ако времето позволява, нека всяко дете провери настройките за поверителност на собствения си профил в края на сесията.

Необходими материали: Проектор (презентация с картинки) или разпечатани примерни профили (4 бр.) (Приложение 3).



Тема 2

ТРАФИК НА ХОРА - ПРЕСТЪПЛЕНИЕ, ФОРМИ И МЕХАНИЗМИ

🕒 45 мин

ЦЕЛ Участниците да разберат трафика на хора като престъпление (а не като „собствен избор“ на жертвата), да разпознават формите на експлоатация и механизмите на въвличане, и да знаят как да реагират на подозрителни „предложения“.

ВЪВЕЖДАНЕ В ТЕМАТА И АНИМАЦИОННИ КЛИПЧЕТА

2.1

🕒 10 мин

Трафикът на хора е едно от най-тежките нарушения на човешките права и засяга милиони хора по света, включително деца и младежи. Често той остава невидим, защото започва не с насилие, а с обещания за помощ, работа, любов, подкрепа или по-добър живот. Важно е участниците да могат да разпознават рисковите ситуации, формите на манипулация и начините, по които действат трафикантите.

Протоколът от Палермо определя трафика на хора като: *„Набиране, транспортиране, прехвърляне, укриване или приемане на лица чрез заплаха, употреба на сила, принуда, отвлечане, измама, злоупотреба с власт или уязвимо положение с цел експлоатация.“*

Експлоатацията може да бъде:

- сексуална експлоатация;
- трудова експлоатация;
- принудителен труд;
- просия;
- принудителни бракове;
- отнемане на органи;
- въвличане в престъпна дейност.

Според българското законодателство (Закона за борба с трафика на хора) трафикът на хора представлява тежко нарушение на човешките права и престъпление срещу личността, при което човек бива използван с цел експлоатация чрез принуда, измама, зависимост или злоупотреба с уязвимо положение. В България най-често срещаните форми на експлоатация са сексуалната и трудовата експлоатация.

Когато жертвата е дете, е важно да се подчертае, че дори без употреба на сила или принуда, самото въвлечане на дете с цел експлоатация се счита за трафик. Децата са особено уязвими, защото често търсят приемане, сигурност, финансова подкрепа или емоционална близост.

Най-често децата стават жертва на:

- сексуална експлоатация;
- въвлечане в престъпни дейности (кражби, разпространение на наркотици, джебчийство);
- трудова експлоатация или просия;
- ранни и принудителни бракове;
- онлайн експлоатация и сексуално изнудване.

Трафикантите рядко действат чрез открито насилие в началото. Най-често те печелят доверието на детето чрез:

- обещания за работа, пари или „по-добър живот“;
- емоционална връзка, внимание или романтични отношения;
- предложения за помощ и подкрепа;
- манипулация през социалните мрежи и интернет;
- използване на вече съществуваща бедност, самота, липса на семейна подкрепа или ниска самооценка.

Българските и международните данни последователно показват, че деца и младежи, израснали в институционална или алтернативна грижа, са изключително уязвими към трафик на хора. Причините са структурни: преходът от ЦНСТ към самостоятелен живот често оставя младия човек без финансова сигурност, без устойчива мрежа от близки и без достатъчно опит в разпознаването на манипулативни „предложения за помощ“. Трафикантите познават тези уязвимости и се насочват именно към групи в преход - деца, напускащи грижа, мигранти, бежанци и младежи в социална изолация.

Според българското и международно право, при лица под 18 години съгласието НЕ се взема предвид. Трафикът на дете е престъпление независимо дали детето е казало „да“. Причината: детето няма еднаква преговорна сила спрямо възрастен, няма пълна представа за последиците, и често е манипулирано или в уязвима позиция.

Стартирайте темата чрез пускане на две клипчета на Дигнита за сексуална експлоатация youtu.be/watch?v=68Ud-skLaA и за експлоатация с цел престъпни дейности youtu.be/watch?v=nFDYvimEWgk

След всяко видео обсъдете:

- Какво се случва с героите?
- Как са били подведени или манипулирани?
- Кои са предупредителните сигнали?
- Към кого могат да се обърнат за помощ в подобна ситуация?

Ако времето позволява, можете да пуснете и клипчета на други организации (Заедно в час, MOM, Уча.се), които също да дискутирате.

КАКВО Е ТРАФИК НА ХОРА?

3.2

🕒 5 мин

Трафикът на хора е престъпление, при което човек бива използван и контролиран с цел експлоатация. Това може да се случи чрез измама, манипулация, заплахи, зависимост или насилие.

Когато жертвата е дете, дори то да е казало „да“ или да е повярвало, че доброволно участва, това пак е трафик, ако има експлоатация.

Най-честите форми на експлоатация:

- **Сексуална експлоатация** - проституция, порнография, „ескорт“ услуги. Често започва с „романтична“ връзка и обещания за любов или богат живот.
- **Трудова експлоатация** - работа без заплащане или с минимално заплащане, с отнети документи, дълги часове работа и без възможност човек да си тръгне.
- **Принуда към прося** - деца или възрастни са карани да просят, а парите се взимат от друг човек.
- **Въвличане в престъпна дейност** - деца се използват за кражби, разпространение на наркотици или други незаконни дейности.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Това е ключово за самоопазване на децата от ЦНСТ - много от тях носят чувство на вина („аз се съгласих, значи аз съм виновен/виновна“). Подчертайте: отговорността е на извършителя, винаги.

ТРИЪГЪЛНИК НА ТРАФИКА: ДЕЙСТВИЕ - СРЕДСТВО - ЦЕЛ

3.3

🕒 5 мин

Полезно е децата да разбират, че трафикът на хора по определение има три елемента, които винаги присъстват заедно:

- **ДЕЙСТВИЕ** - какво прави трафикантът: набиране, транспортиране, прехвърляне, укриване или приемане на хора.
- **СРЕДСТВО** - чрез какво: принуда, въвеждане в заблуждение, отвличане, злоупотреба с власт или със зависимост, обещания или плащания за съгласието на контролиращ.
- **ЦЕЛ** - за какво: сексуална експлоатация, трудова експлоатация, прося, принудително подчинение, продажба на новородени, отнемане на орган или телесна течност.

Акцент: ако са налице и трите елемента - това е трафик.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Покажете триъгълника като „рецепта“ - всеки елемент сам по себе си не е непременно престъпление (може да пътуваш, да приемеш обещание, да кандидатстваш за работа в чужбина). Но когато действие + средство + цел за експлоатация се съберат, това е трафик. Това помага на децата да разпознават схемата в реални ситуации, а не само по „чувство“.

КОИ СА ТРАФИКАНТИТЕ

3.4

🕒 5 мин

Трафикантите не винаги изглеждат опасни. Често те са:

- чаровни и дружелюбни;
- близки по възраст до детето;
- познати на семейството или приятели;
- хора, които изглеждат успешни и „загрижени“.

Те използват:

- внимание и подаръци;
- обещания за любов;
- финансова помощ;
- манипулация и чувство за вина;
- страх и зависимост.

Важно е участниците да разберат, че трафикантът печели доверие постепенно и рядко показва истинските си намерения в началото.

КАК СЕ СЛУЧВА ТРАФИКЪТ И КАК ДА ГО РАЗПОЗНАЕМ?

3.5

🕒 10 мин

Трафикът рядко започва с насилие. В началото често изглежда като помощ, любов, добра работа или шанс за по-добър живот.

Най-често използвани методи:

МЕТОДЪТ „LOVERBOY“

Това е една от най-разпространените схеми за въвличане в сексуална експлоатация, особено при момичета в тийнейджърска възраст. Трафикантът обикновено се представя като грижовен и харизматичен партньор - обръща много внимание, прави подаръци, проявява разбиране и създава усещане за специална връзка.

Често избира деца и младежи, които се чувстват самотни, неразбрани или имат нужда от подкрепа и приемане. Постепенно започва да изолира жертвата от близки и приятели, да създава емоционална зависимост и чувство за вина. След време започват исканията за „услуги“, например срещи с други хора, изпращане на интимни снимки или участие в дейности „за общото им бъдеще“. Манипулацията е основно емоционална, а не физическа, което прави разпознаването на риска по-трудно както за жертвата, така и за околните.

Често използвани фрази:

- „Ако ме обичаш, ще го направиш.“
- „Правя всичко за нас.“
- „Нямаме друг избор.“

Признаци за контрол:

- някой взима документите ти „за сигурност“;
- изолира те от близки и приятели;
- контролира телефона и местоположението ти;
- кара те да се чувстваш виновен/а;
- заплашва те;
- казва ти, че му „дължиш“ пари за транспорт, квартира или храна;
- не ти позволява да си тръгнеш или да говориш свободно.

ФАЛШИВИ ОБЯВИ ЗА РАБОТА

Този механизъм използва желанието на младите хора за работа, независимост и по-добър живот. Обявите обикновено изглеждат напълно реални и обещаваат високо заплащане, лесна работа, липса на изисквания за опит и осигурени транспорт и квартира. Те често се разпространяват чрез социални мрежи, сайтове за работа, Viber или Telegram групи.

Трафикантите създават усещане за спешност - например настояват човекът да тръгне веднага или твърдят, че „мястото ще бъде заето“. В много случаи няма официален договор, интервю или проверима информация за работодателя. След пристигането условията рязко се променят - документите могат да бъдат отнети, обещаното заплащане да липсва, а човекът да бъде поставен под контрол чрез страх, дълг или зависимост.

Обучителят може да обясни, че рискът невинаги изглежда очевиден, понякога най-добре оформените и „професионални“ обяви са част от схема за експлоатация.

Примамливи оферти:

- „Работа в чужбина“
- „2000 евро на месец“
- „Без опит“
- „Осигурено пътуване и квартира“

Червени лампички. Голяма част от случаите на трафик с цел трудова експлоатация започват с „нормална“ обява за работа - в сайт, в социална мрежа, във Viber или Telegram група. Фондация „Дигнита“ е направила проверка на 420 такива обяви, насочени към бежанци в България, по метода „таен клиент“ - обаждане или писане по обявата и попълване на стандартен въпросник. Резултатите показват конкретни типове риск, които децата трябва да разпознават:

- Работодателят иска прекалено много лични данни (снимка, лична карта, ЕГН) ИЛИ обратното - не иска никакви документи, дори CV.
- Няма никаква публична информация за фирмата работодател (не може да се провери дали съществува).
- Не е проблем, че кандидатът няма изискваната квалификация - „ще те научим на място“.
- Няма договор или не е ясно дали ще има договор.

Други червени лампички, които участниците да научат:

- Разминаване между описанието на работата в обявата и това, което ти казват по телефона.
- Липса на ясна процедура за кандидатстване - или твърде облекчена.
- Работодателят настоява да се тръгне веднага, с тях или с техен познат.
- Обещание за „уреждане“ на всичко на място - квартира, документи, договор - след пристигането.
- Заплащането е много по-високо от обичайното за такава работа в държавата дестинация.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Дайте пример за конкретна обява и заедно с децата определете червените лампички.

ИНТЕРАКТИВНА ТЕХНИКА:

„КАРТА НА ИЗБОРА“

3.6

10 мин

ЦЕЛ НА ТЕХНИКАТА

Симулационна игра, в която участниците взимат решения в различни сценарии и виждат как привидно малки избори водят до опасни ситуации, когато се пренебрегват рисковите знаци.

Виж Приложение 4

Примерен сценарий: „Предложението на Мария“

„Мария е на 17 г. Среца в Instagram момче, което казва, че работи в клуб в Гърция. След 2 месеца чат предлага да я заведе там на „стаж“ - плаща ѝ пътуването, ще работи като сервитьорка, 1500 евро на месец. Твърди, че ще я чака на летището.“

Точки на избор (всяка води до нова карта):

- **Точка 1:** Мария трябва да реши дали да продължи разговора. Ако да → нова карта: „Той иска да му изпрати снимка на личната си карта, за да „уреди билета“.“
- **Точка 2:** Да изпрати ли документа? Ако да → нова карта: „Той е вече в България, иска да се видят. Казва на Мария да не казва на никого.“
- **Точка 3:** Да каже ли на някого? Ако не → нова карта: последствие. Ако да → нова карта: възможен изход.

СТЪПКИ НА УПРАЖНЕНИЕТО

- Разделете децата на малки групи или работете в една група заедно с тях.
- Работете по един сценарий или няколко различни.
- Групата взема решения заедно на всяка точка и следва картата към следващата.
- В края всяка група или заедно обсъждаме пътя, който е избран, и какво се е случило.

ДЕБРИФИНГ

- На коя точка имаше най-трудно решение? Защо?
- Кои рискови знаци пропуснахте в началото?
- Ако ваш приятел ви разкаже такъв сценарий - какво бихте му казали?
- Към кого бихте се обърнали, ако се окажете в такава ситуация?

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

В края покажете телефоните за помощ - 112 (спешна линия), 0800 20 100 (Национална телефонна линия за борба с трафика на хора), 116 111 (детска телефонна линия). Помолете децата да ги запишат в телефоните си.

Необходими материали: Сценарийни карти (3 сценария), подготвени предварително като дървета на решенията.



Тема 3

ДОМАШНО И ИНТИМНО НАСИЛИЕ - РАЗПОЗНАВАНЕ И ПРЕВЕНЦИЯ

🕒 50 мин

ЦЕЛ Участниците да разпознават различните форми на насилие, да идентифицират ранни признаци на контрол в интимна връзка, да разбират цикъла на насилието и да си изработят личен план за безопасност.

Домашното насилие е най-скритата форма на насилие, защото се случва зад затворени врати, между хора, които „би трябвало“ да се обичат. Жертвата често не може да го назове, защото никой около нея не го нарича насилие. Удар, който идва от непознат на улицата, всеки би разпознал като престъпление. Същият удар от партньор, родител или близък често се обяснява като „той не е такъв обикновено“, „аз го предизвиках“, „това е любов, просто се изразява странно“.

В България домашното насилие се разпознава като сериозен обществен проблем от голяма част от хората, но същевременно много форми на контрол и агресия продължават да се приемат за „нормални“ в отношенията⁸. Значителна част от хората не разпознават ревността, контрола върху телефона, обидите и заплахите като форми на насилие, което показва колко силно са нормализирани определени модели на поведение.

Данните също така показват висока толерантност към насилието в семейството и недоверие към институциите, което често затруднява жертвите да търсят помощ и подкрепа.

В тази тема ще се говори за всички форми на домашно и интимно насилие: физическо, емоционално, сексуално и икономическо, и ще се научим да разпознаваме ранните сигнали, преди ситуацията да ескалира. Ще се говори и за нещо още по-важно: че отговорността за насилието е винаги на този, който го извършва, никога на този, който го преживява.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Това е най-чувствителната тема. Много от настанените в ЦНСТ са преживели насилие. Преди сесията се координирайте с психолога на центъра - той/тя е добре да присъства или да е на разположение. Бъдете готови, че някое дете може да се разстрои и да поиска да излезе - това е приемливо. Напомнете правилото „право на мълчание“ в началото.

ВИДОВЕ НАСИЛИЕ

4.1

🕒 5 мин

Започнете с въпрос: „Когато кажа „насилие“, какво първо ви идва наум?“ Често хората посочват само физическо - ваша задача е да разширите определението.

Представете четирите форми:

- **Физическо:** удряне, бутане, скубане, хвърляне на предмети, задържане против волята. Включва и заплахата за физическо нараняване.
- **Емоционално/психическо:** обиди, унижение, постоянна критика, крещене, заплахи, „тихо отношение“ като наказание, манипулация („ако ме обичаше, щеше да...“), изолация от приятели и семейство.
- **Сексуално:** всеки сексуален акт без ясно съгласие - включително между партньори, включително при деца под 16 г. винаги (под тази възраст не може да има съгласие по закон). Включва и принуда за снимки/видеа, „неумишлено“ пипане, коментари.
- **Икономическо:** контрол върху парите на другия, забрана да работи или учи, вземане на доходите му, изграждане на финансова зависимост.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Подчертайте, че всички форми са сериозни. Често емоционалното насилие се пренебрегва („няма синини, значи няма проблем“), а то е не по-малко увреждащо.

ПРИЯТЕЛСТВО, ЛЮБОВ И ТОКСИЧНА ЛЮБОВ КАК СЕ РАЗЛИЧАВАТ

3.3

🕒 5 мин

Преди да говорим за конкретни „червени флагчета“, помогнете на участниците да разберат разликата между здравословна връзка и токсична връзка, защото много от тях нямат модел на първата у дома.

Без модел на здравословна интимна връзка, „нормалното“ за децата от ЦНСТ е често именно това, което професионалистите наричат „токсично“. Едно от най-важните неща, които можете да им дадете в тази сесия, е речник: думи за това, което чувстват, и думи за това, което се очаква в здрава връзка. Това им дава им инструмент да забележат, когато нещо не е наред, и език да го назоват пред себе си или пред доверен човек.

Обяснете:

- Приятелството е зряло отношение. Включва общуване, споделяне, разбиране на мислите и чувствата, грижа и подкрепа. То е взаимно - и двамата са избрали да бъдат приятели. Основана се на доверие, уважение и равнопоставеност - никой не доминира над другия.
- Любовта в интимна връзка е привързаност, загриженост и привличане едновременно. Здравословната любов гарантира емоционална и физическа сигурност. Когато не го прави - тя става токсична и вреди.
- Токсичната любов се разпознава по това как се чувстваш. Не по това какво казва другият, че чувства.

ИНТЕРАКТИВНО УПРАЖНЕНИЕ

Напишете две колонки на флипчарт или голям лист хартия със заглавия:
„Когато отношенията са добри, чувствам...“ / „Когато нещо не е наред, чувствам...“.

Поканете участниците да посочват думи или кратки изрази, които според тях описват чувствата в двете ситуации. Записвайте всички предложения, без да ги оценявате като „правилни“ или „грешни“.

Ако е нужно, допълнете:

- Сигнали за добро отношение: щастие, чувство на обгрижване, усещане за сигурност, спокойствие, да си харесван/а, да си подкрепян/а, да можеш да бъдеш себе си, да си свободен/свободна, да се чувстваш уважаван/а.
- Сигнали, че нещо не е наред: да се чувстваш унижен/а, нервност, обърканост, чувство на вина, да се чувстваш неспособен/неспособна, страх, невъзможност да се храниш или да спиш достатъчно, желание да злоупотребиш с алкохол или вещества, често ядосване.

Ключово послание към участниците: „Най-достоверният начин да проверите дали една връзка е добра - питайте себе си: Щастлив/а ли съм? Ако отговорът е „не“ или „трудно е да кажа“ - това е повод да поговорите с доверен възрастен или с психолога на центъра. Не е задължително веднага да знаете какво да направите - достатъчно е да забележите, че нещо не е наред.“

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Някои младежи от ЦНСТ никога не са преживели здравословна връзка на възрастни наоколо. За тях „нормалното“ е викове, манипулация, страх. Това упражнение им дава речник, за да назоват какво чувстват - и това е първата стъпка към избор.

РАННИ ПРИЗНАЦИ НА КОНТРОЛ В ДВОЙКАТА - „ЧЕРВЕНИ ФЛАГОВЕ“

4.3

🕒 5 мин

Изследванията върху домашното насилие показват, че контролиращото поведение – като следене, ограничаване на контактите с други хора, прекомерна ревност и опити за контрол върху ежедневните решения – може да бъде дори по-силен предупредителен сигнал за ескалация към тежко насилие, отколкото предишни случаи на физическа агресия⁹.

Това често е изненадващо за хората, защото подобно поведение нерядко се представя като „любов“, „грижа“ или „загриженост“. Именно затова е важно да се говори за тези ранни предупредителни сигнали.

Обяснете, че насилието рядко започва с удар. Почти винаги започва с контрол, който в началото изглежда като „любов“ или „загриженост“.

Представете признаците:

- Иска паролите ти - към телефона, социалните мрежи, имейла. Казва: „Ако няма какво да криеш, защо не?“
- Проверява съобщенията ти или те следи с приложение за местоположение.
- Ревнува прекалено - дори от приятели, роднини, учители. Представя го като „любов“.
- Изолира те: „Не излизай с нея, тя е лоша за теб“; „Не се виждай с близки толкова често“.
- Контролира как се обличаш, с кого говориш, какво пишеш онлайн.
- Обиди, представени като „шега“ — „шегувах се“, „много си чувствителен/на“.
- Бързо движение във връзката: „Обичам те“ на втория ден; „Искам да живеем заедно“ след месец.
- Обвинява теб за неговите/нейните чувства: „Ти ме накара да се ядосам“, „Ако ме обичаше, нямаше да...“.

САМОПРОВЕРКА: 13 ТВЪРДЕНИЯ ЗА ПАРТНЬОРА

🕒 5 мин

4.4

Раздайте на участниците следния въпросник (или го прочетете на глас, ако е деликатно да се раздава). Всяко дете отговаря на себе си наум с „да“ или „не“ по отношение на партньор, бивш партньор или човек, с когото сега е в интимна връзка. Ако никой не е в такава връзка - попитайте ги да помислят за приятел/ка или близък/ка, която познават.

Партньорът ми:

1. Изглежда, че харесва и цени личността ми.
2. Не ми позволява да разговарям с други момчета/момичета.
3. Уважава чувствата, мнението и убежденията ми.
4. Не харесва, когато споделям времето си с приятели или със семейството си.
5. Кара ме да се чувствам, сякаш трябва да внимавам какво казвам или правя.
6. Не се сърди, ако откажа да правим нещо (включително секс или гледане на порно).
7. Следи какво правя и пиша в социалните мрежи или в телефона си.
8. Щастлив/а е, когато направя нещо, за което съм взел/а самостоятелно решение, когато имам самостоятелни успехи.
9. Често ме критикува или се държи грубо с мен.
10. Опитва се да изглаждаме отношенията си, когато се караме, чрез компромиси и разговори.
11. Понякога ме плаши или наранява, като се държи агресивно.
12. Ако опитам да се разделим, опитва или заплашва да нарани себе си или мен.
13. Чете съобщенията в телефона ми, писмата ми или профилите ми в социалните мрежи без моето позволение.

Тълкуване на отговорите: твърдения 1, 3, 6, 8 и 10 описват здравословна връзка - „да“ тук е добър знак. Твърдения 2, 4, 5, 7, 9, 11, 12 и 13 описват поведение на насилник - „да“ на което и да е от тях е тревожен сигнал. Дори едно „да“ на тези твърдения е повод да помислиш какво е и кое се случва.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Не искайте от участниците да споделят отговорите си. Въпросникът е личен инструмент за самоосъзнаване. Важното е те да разпознаят, че има ясна граница между „ревнува, защото ме обича“ (манипулация) и „уважава ме, когато имам свой живот“ (любов). Подчертайте: „Ако сте отговорили „да“ на някое от тревожните твърдения - това не означава, че вие сте направили нещо грешно. Означава, че другият човек се държи по начин, който не е окей.“

4.5

НАСИЛИЕ Е НЕ САМО УДАРЪТ: ДЕЙСТВИЯ, ПРИЗНАТИ ОТ БЪЛГАРСКИЯ СЪД

🕒 5 мин

Много хора мислят, че „насилие“ означава само удряне. Затова се срамуват да търсят помощ, когато партньор прави „други“ неща. Важно е участниците да разберат: българските съдилища вече са постановили присъди за много поведения, които не са директно физически удар, но са разпознати като насилие:

- Заплахи – за нараняване, убийство или самоубийство (като натиск)
- Тормоз – постоянно звънене, съобщения, следене
- Преследване – причакване, следване, появяване „навсякъде“
- Сплашване – удряне по врати, крещене, заплахи
- Чупене на вещи – телефон, кола, лични предмети

По Закон за защита от домашното насилие и Наказателен кодекс на Република България това може да доведе до заповед за защита или наказание, дори без физическо насилие.

Ключово съобщение: „Ако партньор (или бивш партньор) прави дори едно от тези неща, това е насилие, не е „драма“, не е „той просто не може да ме забрави“. Това е повод за сигнал на 112 или на близък възрастен.“

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Подчертайте, че дори без удар, това е престъпление, което съдът наказва. Допълнителен акцент за сексуалното насилие: сексуално насилие може да бъде извършено и от партньор, съпруг или близък роднина. Никой няма право да извършва сексуални действия без ясно и свободно дадено съгласие. „Съгласие“ означава, че ти действително искаш, не че не знаеш как да откажеш, не че се страхуваш, не защото си пил/а.

4.6

ЦИКЪЛ НА НАСИЛИЕТО

🕒 5 мин

Един от най-широко използваните модели за обяснение на домашното насилие описва повтарящ се цикъл от четири фази: натрупване на напрежение, акт на насилие, помирение („меден месец“) и временно спокойствие¹⁰. Фазата на помирение е особено важна за разбирането на този процес. В този период насилникът може искрено да съжалява за случилото се, да обещава, че няма да се повтори, да проявява обич и внимание.

С течение на времето цикълът обикновено се повтаря, а периодите на спокойствие стават по-кратки, докато насилието може да става по-често или по-тежко. Изследванията показват, че много жертви напускат и се връщат във връзката многократно, преди окончателно да я прекратят. Това е част от начина, по който работи цикълът на насилието и емоционалната зависимост.

Обяснете защо жертвите често не напускат веднага: цикълът има 4 фази, които се повтарят:

- **Фаза 1:** Натрупване на напрежение: критика, дребни караници, атмосферата се сгъстява. Жертвата „ходи на пръсти“, за да не провокира.
- **Фаза 2:** Експлозия/акт на насилие: удар, крясъци, обиди, сексуален акт без съгласие.
- **Фаза 3:** Извинения и „меден месец“: „Съжалявам, никога повече няма да се случи“, подаръци, обещания, много любов. Тук жертвата вярва, че ще се оправя.
- **Фаза 4:** Спокойствие: временно затишие. След време цикълът започва отново и обикновено с по-сериозно насилие.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Фаза 3 е най-опасната за разпознаване - това е причината, поради която жертвите остават. Подчертайте: ако има цикъл, няма „този път ще е последен“.

ИНТЕРАКТИВНА ТЕХНИКА:

„СПЕКТЪР НА ОТНОШЕНИЯТА“

🕒 5 мин

4.7

ЦЕЛ НА ТЕХНИКАТА

Участниците оценяват конкретни ситуации на скала „Здравословно vs. Токсично“ и развиват способността да разпознават сиви зони.

Виж Приложение 5

Необходими материали: Дълга лента/въже поставена на пода с маркирани два края: „Здравословно“ и „Токсично“, и среда „Не съм сигурен“.

Примерни ситуации, които се изчитат една по една:

- „Партньорът ми ме прегръща, когато съм тъжен/тъжна.“
- „Партньорът ми иска паролата за Instagram-а ми, защото казва, че двойките нямат тайни.“
- „Карахме се, но после ми купи цветя - всичко е наред сега.“
- „Партньорът ми казва, че дрехата, която съм облякъл/облякла, не е подходяща и трябва да се преоблека.“
- „Приятелят/приятелката ми ме пита как е минал денят ми и слуша.“
- „Партньорът ми се шегува с мен пред приятели по начин, който ме кара да се чувствам зле. Когато кажа, отговаря „много си чувствителен/на“.“
- „Имаме различни мнения и говорим за тях спокойно.“
- „Партньорът ми проверява в колко часа се прибирам и ми пише постоянно, докато съм навън.“
- „Партньорът ми ме хвана за ръката силно, когато се скарахме.“
- „Когато сгреша нещо, партньорът ми казва честно, но спокойно.“

СТЪПКИ НА УПРАЖНЕНИЕТО

- Участниците стоят прави около лентата на пода.
- Обучителят чете една ситуация.
- Всеки участник застава на мястото, което отговаря на неговото мнение.
- Обучителят пита 2-3 души защо стоят там, където стоят. Не оценявайте - изслушвайте.
- Ако мненията са разделени - насърчете дискусия. „Защо е трудна ситуация?“
- След дискусията обучителят предлага референтното положение и обяснява защо.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Не бързайте да поставите „правилния“ отговор. Ценността на упражнението е в дискусията, не в резултата. Някои ситуации умишлено са сиви (пример: „купи ми цветя“): тук важен е контекстът. Проведете упражнението, ако има време и пространство в стаята).

ЛИЧЕН ПЛАН ЗА БЕЗОПАСНОСТ И КОДОВА ДУМА

4.8

🕒 5 мин

Виж Приложение 6

Раздайте на всеки участник работен лист „Личен план за безопасност“ с полета:

- Трима души (възрастни), на които имам доверие (име и телефон).
- Две безопасни места, на които мога да отида (съсед, роднина, център).
- Кодова дума с доверен възрастен - дума, която ако изпратя по СМС или кажа по телефона, означава „имам нужда от помощ веднага, не мога да говоря открито“.
- Документи, които да имам подготвени (копие на личната карта, важни телефони на листче).
- Основни телефони: 112, 116 111 (детска линия), 02/981 76 86 (Фондация „Асоциация Анимус“ - 24/7 линия за насилие), (076) 60 10 10 , (076) 60 33 60 (Фондация ПУЛС)

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Личният план се раздава, ако възрастта на участниците го позволява. Дават се 5 минути за попълване. Не изисквайте тях да споделят какво са написали - това е лична информация. Поканете ги да съхранят плана на безопасно място и да актуализират номерата, ако се променят. Ако няма време, могат да си го попълнят по-късно.

Обяснете, че когато подаваш сигнал на 112 или на гореща линия за насилие, е добре да кажеш защо се обаждаш, как се казваш, откъде се обаждаш, да отговаряш на въпросите им, да не затваряш, докато не кажат. Акцент: няма „малък“ сигнал - ако имаш съмнение, обади се.



РАБОТА С ЧУВСТВО НА ВИНА: ПОГРЕШНИ ВЯРВАНИЯ И РЕАЛНОСТ

4.9

🕒 5 мин

След преживяно насилие жертвата често мисли за себе си неща, които не са истина, но ѝ пречат да потърси помощ. Важно е участниците да чуят директно кои са тези мисли и защо не са верни. Представете ги като „митове и факти“ - двете колонки могат да се запишат на флипчарт или да се раздадат като работен лист.

Необходими материали: Дълга лента/въже или лепенка за пода (за спектъра), списък с поведенчески ситуации (Приложение 5), флипчарт или проектор, работен лист „Личен план за безопасност“ (Приложение 6).

ПОГРЕШНО ВЯРВАНЕ

„Ако бях направил/а нещо различно, не бях облякла тези дрехи, не бях отишла там - това нямаше да се случи.“

„Самообвинявам се, защото них / бях взел/а нещо“

„Възрастните / полицията ще ме обвинят, защото правех нещо нередно“

„Срам ме е, защото познавам човека, който ме нарани. Може би съм се заблудил/а в него“

„Тези чувства - срам, вина, тъга, кошмари, депресия - са толкова силни, че никога няма да имам нормален живот“

РЕАЛНОСТ

Ти не си виновен/виновна. Не си предизвикал/а насилието по никакъв начин. Отговорността е изцяло на насилника.

Дори да си приел/а алкохол или вещество, това не е покана или оправдание за насилие. Никой не може да знае какво ще последва от изборите му.

Близките до теб хора и институциите трябва да се интересуват от това, което ти се е случило. Всичко останало е второстепенно.

В повечето случаи насилието идва от близък или познат. Това не е твоя вина. Този човек е злоупотребил с доверието ти, това е неговата вина.

Нормално е да се чувстваш така сега. С времето това се променя. Консултанти или травма-терапевти, подкрепата на хора, които се грижат за теб, помагат за възстановяване. Има други хора, които са преживели същото и сега живеят добре.

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Това са може би най-важните минути в цялото обучение. Не бързайте. Оставете им време да чуят думите „не си виновен/виновна“ няколко пъти. Ако забележите участник, което се разстройва, не го питайте публично защо. Подходете лично след сесията и споделете с психолога на центъра.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ: ОБОБЩЕНИЕ И ИЗХОДЯЩ ВЪПРОСНИК

🕒 15 мин

ЦЕЛ Консолидиране на наученото, измерване на промяната в нагласите спрямо входящия тест и получаване на обратна връзка от участниците

ОТВАРЯНЕ НА „КУТИЯТА ЗА АНОНИМНИ ВЪПРОСИ“

5.1

🕒 5 мин

Изтеглете останалите листчета и отговорете на въпросите, на които не сте отговорили досега. Ако въпросът е извън компетентността ви, честно кажете: „Това е въпрос за психолога / за социалния работник. Ще те свържа, ако искаш.“

ИЗХОДЯЩ ВЪПРОСНИК

5.2

🕒 5 мин

Раздайте същите твърдения, които децата получиха в началото (входящия тест), плюс 2-3 нови ситуативни въпроса:

- Приятел ти казва, че „гаджето“ му проверява постоянно телефона. Какво би направил/а?
- В Instagram получаваш заявка от непознат, който казва, че е модел и търси „красиви момичета“ за фотосесия срещу 500 лв. Какво правиш?
- Роднина ти предлага работа в чужбина, но иска да му дадеш личната си карта за „уреждане на документи“. Твоят отговор?

Виж приложение 2

Попълването е анонимно. Сравнете резултатите с входящия тест - разликата е вашият измерим резултат от обучението.

ОБРАТНА ВРЪЗКА

5.3

🕒 5 мин

Раздайте малко листче с три въпроса или ги питайте устно:

- Кое беше най-полезното за теб?
- Кое беше скучно или ненужно?
- За какво искаш да говорим следващия път?

БЕЛЕЖКА КЪМ ОБУЧИТЕЛЯ

Благодарете на групата. Напомнете, че сте на разположение след сесията за всеки, който иска да поговори лично. Предайте контактите и телефоните за помощ още веднъж.

Раздайте им лист Контакти за помощ

Виж приложение 7

- 112 - Единен европейски номер за спешни случаи.
- 116 111 - Национална телефонна линия за деца (безплатна, 24/7).
- 124 123 - Национален център за безопасен интернет.
- 0800 20 100 - Национална комисия за борба с трафика на хора.
- 02/981 76 86 - Фондация „Асоциация Анимус“, 24/7 линия за подкрепа при насилие.
- (076) 60 10 10 , (076) 60 33 60 - Фондация ПУЛС, линия за подкрепа при насилие.
- тел: 02 807 80 50, e-mail: office@antitraffic.government.bg - Национална комисия за борба с трафика на хора (приюти, Национален механизъм за насочване, списък с организации).
- Emprove Project - за подкрепа при насилие
- Dignita - превенция на трафик на хора и експлоатация

Необходимите материали: Изходящ въпросник (Приложение 2), списък с контакти за помощ“ (Приложение 7).



ИЗПОЛЗВАНИ ИЗТОЧНИЦИ

РЕФЕРЕНЦИИ В ТЕКСТА

- ¹ Edmondson, A. (1999). Psychological Safety and Learning Behavior in Work Teams. Harvard Business School.
- ² Council of Europe. (2018). Research on sexuality education and violence prevention.
- ³ UNICEF. (2017). The State of the World's Children 2017: Children in a Digital World.
- ⁴ INHOPE. (2023). The Stages of Grooming. <https://inhope.org/articles/the-stages-of-grooming>
- ⁵ O'Connell, R. (2003). A Typology of Cyberexploitation and Online Grooming Practices.
- ⁶ Национален център за безопасен интернет. Данни за онлайн сексуална експлоатация. Safenet.bg.
- ⁷ National Center for Missing & Exploited Children (NCMEC). Reports and data on online child sexual exploitation.
- ⁸ Агенция „Тренд“. (2024). Домашното насилие в българското общество.
- ⁹ Campbell, J. C. (2003). Danger Assessment Scale.
- ¹⁰ Walker, L. E. (1979). The Battered Woman.

ДРУГИ ИЗТОЧНИЦИ

- European Union. (2011). Directive 2011/36/EU on Preventing and Combating Trafficking in Human Beings and Protecting Its Victims.
- Jeglic, E., Winters, G., & Johnston, M. (2023). Sexual Grooming Model.
- United Nations. (2000). Protocol to Prevent, Suppress and Punish Trafficking in Persons, Especially Women and Children (Palermo Protocol).
- UNICEF. Online Grooming: Definition and Prevention.
- Закон за борба с трафика на хора.
- Закон за закрила на детето.
- Закон за защита от домашното насилие.
- Национална комисия за борба с трафика на хора. [Antitrafficking.government.bg](http://antitrafficking.government.bg).
- Наказателен кодекс на Република България.
- Фондация „Дигнита“. (2026). Младежи, напускащи алтернативна грижа – уязвимости към трафик на хора 2.0.
- Фондация „Дигнита“. (2023) Изследване на риска при търсене на работа при украинските бежанци в България: лято 2023

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

ВХОДЯЩ ВЪПРОСНИК ЗА НАГЛАСИ

Въпросникът е анонимен и не е изпит. Искаме да разберем какво мислите за различни ситуации, свързани с безопасността в интернет, отношенията с другите хора и търсенето на помощ. Няма правилни и грешни отговори. Важно е да отбележите това, което наистина мислите в момента.

За да видим какво се е променило след обучението, ще ви помолим да попълните този въпросник в началото и в края. Изберете псевдоним, символ или кратък знак, който да използвате и в двата въпросника. Не е необходимо да пишете истинското си име.



Оградете с кръгче отговора, който най-добре отразява вашето мнение.

1. Ако някой в интернет ми каже, че ме обича и ме разбира по-добре от всички, значи наистина е така.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

2. Ако партньор ми иска паролата за Instagram/TikTok, това е нормално - двойките нямат тайни.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

3. Ако приятел ми поиска интимна снимка и я „пази в себе си“, без да я разпраца, това е ОК.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

4. Ако някой ми обещае работа в чужбина с добра заплата, но не може да ми каже името на фирмата, най-добре да опитам - няма какво да загубя.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

6. Насилието е само когато има удар и синини.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

7. Ако 16-годишно момиче приеме предложение да работи в чужбина и после бъде експлоатирано, тя носи отговорност за случилото се.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

8. Ако ми се случи нещо лошо, защото съм пил/а или съм нарушил/а правило, това означава, че вината е в мен.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

9. Ако гаджето ревнува често и проверява телефона ми, значи ме обича силно.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

10. Знам поне един или няколко възрастни, на които мога да се обадя в труден момент.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

11. Знам телефон 112 и поне още един номер за помощ при насилие или трафик.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

12. Ако приятел ми сподели, че го притесняват или му се случва нещо опасно, знам към кого да го насоча

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

ИЗХОДЯЩ ВЪПРОСНИК ЗА НАГЛАСИ

Вече знаеш какво да правиш.

С този тест не изпитваме теб, а нас. Помогни ни да разберем дали сме успели да ти предадем информация по достъпен начин. Моля, отговаряй честно според това, което мислиш в момента. Няма правилни и грешни отговори.



1. Ако някой в интернет ми каже, че ме обича и ме разбира по-добре от всички, значи наистина е така.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

2. Ако партньор ми иска паролата за Instagram/TikTok, това е нормално - двойките нямат тайни.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

3. Ако приятел ми поиска интимна снимка и я „пази в себе си“, без да я разпраца, това е ОК.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

4. Ако някой ми обещае работа в чужбина с добра заплата, но не може да ми каже името на фирмата, най-добре да опитам - няма какво да загубя.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

6. Насилието е само когато има удар и синини.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

7. Ако 16-годишно момиче приеме предложение да работи в чужбина и после бъде експлоатирано, тя носи отговорност за случилото се.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

8. Ако ми се случи нещо лошо, защото съм пил/а или съм нарушил/а правило, това означава, че вината е в мен.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

9. Ако гаджето ревнува често и проверява телефона ми, значи ме обича силно.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

10. Знам поне един или няколко възрастни, на които мога да се обадя в труден момент.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

11. Знам телефон 112 и поне още един номер за помощ при насилие или трафик.

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

12. Ако приятел ми сподели, че го притесняват или му се случва нещо опасно, знам към кого да го насоча

Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

13. Приятел ти казва, че „гаджето“ му проверява постоянно телефона му и се ядосва, ако отговори с късно на съобщение. Какво би направил/а?

14. В Instagram получаваш заявка от непознат, който казва, че е модел-скаут и търси „красиви момичета/момчета“ за фотосесия срещу 500 лв. Какво правиш?

15. Роднина ти предлага работа в чужбина, но иска да му дадеш личната си карта, за да „уреди документите“ преди да тръгнеш. Какъв е твоят отговор?

16. Колко уверен/а се чувстваш, че ще разпознаеш опасна ситуация и ще потърсиш помощ?

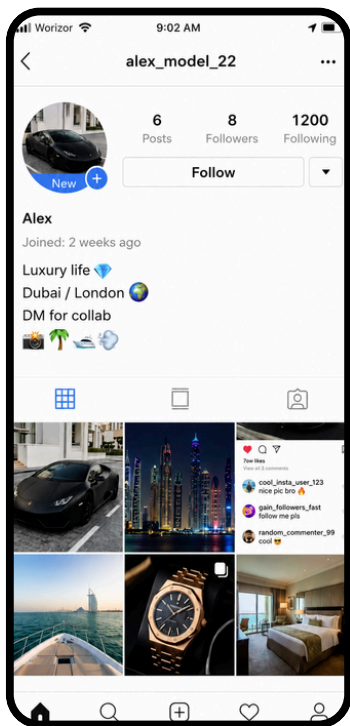
Съгласен/на

Не съм
съгласен/на

Не съм
сигурен/на

ПРИЛОЖЕНИЕ 3 ПРОФИЛЕН ДЕТЕКТИВ

Профил 1. Алекс
Фалшив



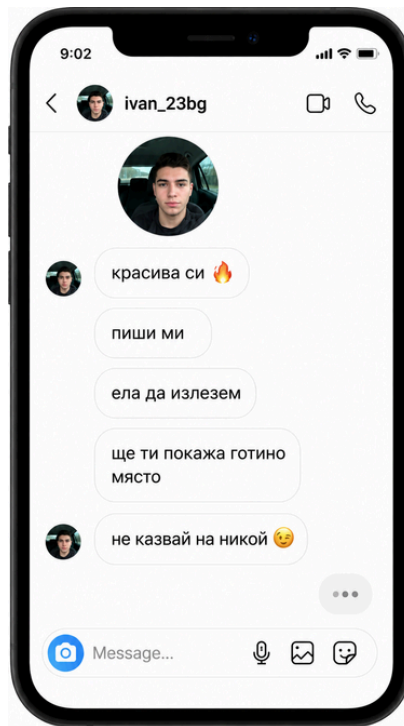
Профил 2. Александър
Фалшив



Профил 3. Мария
Истински



Профил 4. Иван
Истински, но опасен



ПРИЛОЖЕНИЕ 4

СЦЕНАРИЙНИ КАРТИ ЗА „КАРТА НА ИЗБОРА“

Целта на упражнението е участниците да разгледат рисковите ситуации „отвътре“, като сами вземат решенията на героите. Така те могат да усетят колко лесно човек може постепенно да попадне в опасна ситуация, без да осъзнава риска още в началото.

Разделете участниците на малки групи по 3–4 души и раздайте на всяка група по един сценарий. Всяка група разглежда стартовата ситуация и взема решение какво да направи героят. В зависимост от избора получава следващата карта и продължава историята, докато достигне до безопасен или опасен изход. След приключване на играта поканете групите да представят своята история и да споделят кои решения са взели и защо. Обсъдете кои сигнали за риск са забелязали участниците и в кой момент са могли да потърсят помощ.

Необходими материали и подготовка: Разпечатайте следващите страници двустранно и ги срежете по обозначените линии. Подредете картите по сценарии и ги раздайте с лице надолу на участниците.

СЦЕНАРИЙ 1

Сценарий 1

ПРЕДЛОЖЕНИЕТО НА МАРИЯ

Мария е на 17 г. В Instagram ѝ пише момче на 22 г. от Гърция. Постепенно започват да си пишат всеки ден. Той е внимателен, прави ѝ комплименти и често ѝ казва, че я разбира по-добре от всички. След около месец ѝ предлага да отиде при него през лятото и да работи като сервитьорка в клуб, където негови приятели търсят персонал. Обещава ѝ 1500 евро на месец и казва, че ще плати пътуването.

Не

следваща карта [4]

Съгласява ли се да отиде?

Да

следваща карта [1]

Сценарий 1

КАРТА [1]

След седмица момчето пише: „Трябва да ми пратиш снимка на личната карта, за да ти уредя билета и стаята предварително“

Не

следваща карта [3]

Изпраща ли му снимка?

Да

следваща карта [2]

Сценарий 1

КАРТА [2]

Мария пристига в Гърция. На летището я чака не момчето, а друг мъж, който казва, че е негов „братовчед“.

Заявява, че ще я заведе до апартамента и ще ѝ „обясни всичко на място“.

Взима ѝ паспорта „за регистрация“.

**Качва се в колата
защото не иска да
прави проблеми**

следваща карта [5]

Какво прави Мария?

**Отказва, отива при
полицая на
летището**

следваща карта [4]

ПРЕДЛОЖЕНИЕТО НА МАРИЯ

КАРТА [1]

КАРТА [2]

СЦЕНАРИЙ 1

Сценарий 1

КАРТА [3]

Мария казва: „Ще ти я покажа на летището“
Момчето започва да се сърди, пише, че тя „не му вярва“, че „другите момичета с радост го правят“.
Започва да я натиска по няколко пъти на ден.

**Спира разговора и
блокира профила**

следваща карта [4]

Какво прави Мария?

**Накрая се съгласява
да изпрати**

следваща карта [2]

Сценарий 1

КАРТА [4]

БЕЗОПАСЕН ИЗХОД

Мария спира разговора (или напуска преди да тръгне / сигнализира на полицая).
Подава сигнал на 112 или на 0800 20 100 (Национална линия за борба с трафика на хора).
Разказва на близък.
Запазила се е от капан, в който са попаднали много други на нейната възраст.

Сценарий 1

КАРТА [5]

ОПАСЕН ИЗХОД

Мария се оказва в апартамент без документи.
„Братовчедът“ казва, че вече дължи 2000 евро за пътуването и жилището и трябва да „отработи“ дълга.
Телефонът ѝ е иззет.
Работата не е в клуб, а в проституция. Това е типичен случай на трафик с цел сексуална експлоатация по метода „*Loverboy*“.

СЦЕНАРИЙ 1

Сценарий 1

КАРТА [3]

Сценарий 1

КАРТА [4]

Сценарий 1

КАРТА [5]

СЦЕНАРИЙ 2

Сценарий 2

НОВИЯТ ПРИЯТЕЛ НА ИВО

Иво е на 15 г. Запознава се онлайн с момче на неговите години, което казва, че живее в съседен град. Пишат си всеки ден и постепенно започват да споделят лични неща. Момчето често казва на Иво, че му има доверие и че между тях няма тайни. След около месец предлага да си разменят снимки, „за да се почувстват по-близки“.

Момчето иска снимка „само гол до кръста, нищо особено“.

Не

следваща карта [2]

Изпращаш ли снимка?

Да

следваща карта [1]

Сценарий 2

КАРТА [1]

Иво изпраща снимката. След няколко дни момчето моли за още по-интимна снимка. Пише: „Ако наистина ми вярваш, ще го направиш“

Иво изпраща ли интимна снимка?

Не

следваща карта [2]

Иво изпраща ли интимна снимка?

Да

следваща карта [3]

Сценарий 2

КАРТА [2]

Иво казва „не“. Момчето отначало е „разбиращо“, но след няколко дни започва да го игнорира, после да го обижда „страхливец“, „детски реагираш“.

Иво се чувства виновен.

Поддава се на натиска и изпраща снимка

следваща карта [3]

Какво прави Иво?

Блокира профила и разказва на доверен човек

следваща карта [5]

НОВИЯТ ПРИЯТЕЛ НА ИВО

КАРТА [1]

КАРТА [2]

СЦЕНАРИЙ 2

Сценарий 2

КАРТА [3]

Няколко дни след снимката „приятелят“ пише: „Ако не ми изпратиш 200 лв. на тази карта до утре, пускам снимката в училището ти и на майка ти“
Иво е изплашен и не знае какво да прави.

Плаща защото го е страх от последствията

следваща карта [4]

Какво прави Иво?

Запазва снимки на съобщенията и подава сигнал

следваща карта [2]

Сценарий 2

КАРТА [4]

ОПАСЕН ИЗХОД

Иво плаща. След 3 дни искат още 500 лв.
Това е как работи sextortion - плащането никога не е последно.
Ако продължи сам, рискът от разпространение на снимката и от депресия се увеличава.

Сценарий 2

КАРТА [5]

БЕЗОПАСЕН ИЗХОД

Иво казва на възпитателя си или на психолога на центъра. Заедно подават сигнал на полицията (**Специализирана дирекция „Киберпрестъпност“ при ГДБОП**) или на 124 123 (**Национален център за безопасен интернет**). Снимката може да бъде свалена от много платформи чрез инструмента Take It Down (**takeitdown.ncmec.org**).

Иво не е „единственият, на когото му се случва“, sextortion е една от най-често докладваните интернет-престъпления в България.

КАРТА [3]

КАРТА [4]

КАРТА [5]

СЦЕНАРИЙ 3

Сценарий 3

ПОЗНАТ ЧОВЕК С ОФЕРТА

Ана е на 18 г. и наскоро е напуснала ЦНСТ. Позната на майка ѝ се свързва с нея и казва, че знае колко трудно е за младите хора да си намерят работа. Предлага ѝ работа във Виена като детегледачка срещу 1800 евро на месец с осигурено жилище. Казва, че мястото е свободно само за кратко и трябва да тръгне до десет дни. Иска личната ѝ карта, за да „уреди документите и пътуването“.

Дава личната карта, защото е познат човек

следваща карта [1]

Какво прави Ана?

Пита за името на семейството, адрес, договор

следваща карта [2]

Сценарий 3

КАРТА [1]

Ана пътува с жената.

На границата последната държи и двата паспорта „за да е по-лесно“. В Австрия се оказва, че няма конкретно семейство, ще се „настани за няколко дни“ в апартамент на „приятели“, докато „намерят семейството“.

Приема да остане - вече е там, няма пари за връщане

следваща карта [3]

Какво прави Ана?

Отказва, обажда се на социалния работник или 0800 20 100

следваща карта [4]

Сценарий 3

КАРТА [2]

Ана казва: „Искам името на семейството, адреса, договор на хартия, ще го покажа на социалния ми работник“

Жената се ядосва: „Не ми вярваш ли? Аз съм приятелка на майка ти“

Тонът се променя, натиска я да вземе бързо решение.

Отстъпва, за да не „развали отношения“

следваща карта [1]

Какво прави Ана?

Отказва, обажда се на социалния работник или 0800 20 100

следваща карта [4]

ПОЗНАТ ЧОВЕК С ОФЕРТА

КАРТА [1]

КАРТА [2]

СЦЕНАРИЙ 3

Сценарий 3

КАРТА [3]

ОПАСЕН ИЗХОД

Ана остава без документи и без пари в чужда страна.
Подсигурена е с „работа“ грижа за по-възрастни хора, но без договор, по 14 часа на ден, с отнета мобилна карта и без достъп до интернет.
Механизмът: изолация + зависимост от „уреждача“ + страх от нелегалност.
Това е трудова експлоатация, вид трафик на хора.

Сценарий 3

КАРТА [4]

БЕЗОПАСЕН ИЗХОД

Ана е подала сигнал навреме и не е тръгнала без договор и ясен адрес.
Основно правило, което я е спасило: **„Ако някой не може да ти даде ясни писмени данни за работата, това е червена лампичка“**
Ако вече е тръгнала, на 0800 20 100 дават безплатна консултация 24/7 и съдействат за връщане.

СЦЕНАРИЙ 3

Сценарий 3

КАРТА [3]

Сценарий 3

КАРТА [4]



ЗДРАВΟΣЛОВНО



ТОКСИЧНО



**НЕ МОГА ДА
ПРЕЦЕНЯ**

МОЯТ ЛИЧЕН ПЛАН ЗА БЕЗОПАСНОСТ

1. На кого мога да се обадя Хора, на които мога да вярвам и да разчитам -
възрастен, приятел, роднина, социален работник

1. Име _____ Телефон _____

2. Име _____ Телефон _____

3. Име _____ Телефон _____

2. Къде мога да отида Места, където се чувствам в безопасност (дом на
роднина, приятел, училище, център, друго)

1. Място _____

2. Място _____

3. Моята кодова дума Дума, която означава „Имам нужда от помощ веднага“.
Кажи я на няколко души в живота си.

4. Какво да имам готово Ако се наложи да тръгна бързо, ето какво е добре да
имам подръка. Отметни, когато си го приготвил/а

1. Телефон и зарядно

2. Малко пари

3. Копие на лични документи

4. Важни телефони (на хартия, ако телефонът спре)

5. Лекарства (ако приемам)

5. Важни номера 24/7 Запиши ги и в телефона си, и на лист хартия

1. ☎ 112 - спешни случаи (полиция, линейка, пожарна)

2. ☎ 116 111 - Национална телефонна линия за деца

3. ☎ 0800 20 100 - Национална линия за борба с трафика на хора

4. ☎ 02/981 76 86 - Линия за подкрепа при насилие, Фондация
„Асоциация Анимус“

5. ☎ Социален работник / възпитател: _____

6. Кога да използвам този план Сигнали, че нещо не е наред - ако ги усещаш, включи плана.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

7. Ако трябва да реагирам бързо

1. Обаждам се на: _____ тел: _____
2. Отивам на (място): _____
3. Взимам със себе си: _____
4. Ако няма връзка или никой не отговаря → звъня на 112

8. Важно за мен 🧡

**Не съм виновен/виновна
Имам право на помощ
Има хора, които ще ми помогнат**

Контакти за ПОМОЩ

112 Единен европейски спешен номер	0800 20 100 antitraffic.government.bg Национална телефонна линия срещу трафика на хора	02 / 981 76 86 Фондация „Асоциация Анимус“ - 24/7 за насилие	116 111 Детска телефонна линия (безплатна, 24/7)	076 / 60 10 10 Фондация ПУЛС - линия за подкрепа при насилие
			124 123 safenet.bg Национален център за безопасен интернет	office@dignita.bg Фондация Дигнита - правна и социална подкрепа

Контакти за ПОМОЩ

112 Единен европейски спешен номер	0800 20 100 antitraffic.government.bg Национална телефонна линия срещу трафика на хора	02 / 981 76 86 Фондация „Асоциация Анимус“ - 24/7 за насилие	116 111 Детска телефонна линия (безплатна, 24/7)	076 / 60 10 10 Фондация ПУЛС - линия за подкрепа при насилие
			124 123 safenet.bg Национален център за безопасен интернет	office@dignita.bg Фондация Дигнита - правна и социална подкрепа

OFFICE@DIGNITA.BG
WWW.DIGNITA.BG
+ 359 887 081 473
FB.ME/DIGNITAFUNDATION



Съфинансирано от
Европейския съюз

Настоящият проект се реализира с финансовата подкрепа на Български фонд за жените. Проектът не отразява становището на БФЖ и БФЖ не носи отговорност за него.