

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«НАСИЛИЕ НЕ ТЕРПИТ МОЛЧАНИЯ»

по профилактике преступлений против половой свободы и половой неприкосновенности в отношении несовершеннолетних

ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ!

В этой памятке вы найдете рекомендации по профилактике сексуального насилия и иных действий сексуального характера в отношении ваших детей. Приведены рекомендации о том, какие слова можно подобрать для разговора со своими детьми на эту непростую, но важную для каждого из нас тему.

 <p>С раннего возраста (2-3 лет) начинайте объяснять ребенку про интимные части тела, к которым никто не может прикасаться. Обсуждайте «безопасные» и «небезопасные» прикосновения, «хорошие» и «плохие» секреты.</p>	 <p>«Твое тело принадлежит только тебе!» «Любые прикосновения к твоему телу могут быть приятными и неприятными». «Некоторые прикосновения, например, подержаться за руку – «безопасные»; а некоторые прикосновения, например к твоим интимным частям тела, могут быть «небезопасными».</p> <p>«Секреты бывают «хорошие» и «плохие». Если кто-то делится с тобой секретом или просит держать что-то важное для тебя в тайне, подумай, насколько это для тебя безопасно, может быть тебе от этого секрета больно, неприятно и обидно. Всеми секретами можно поделиться со мной».</p>
 <p>Приучайте своего ребенка заботиться о личной гигиене самостоятельно.</p>	 <p>«Ты уже можешь ухаживать за своим телом самостоятельно. Старайся не доверять мытье интимных частей тела другому человеку».</p>
 <p>Если ребенок на протяжении длительного времени вынужден делить спальное место со своими родителями, у него может возникнуть повышенный интерес к интимной жизни взрослых. Постарайтесь создать условия, чтобы у ребенка была личная территория, в том числе отдельное спальное место!</p>	 <p>«Ты уже достаточно взрослый, чтобы спать отдельно.</p> <p>У тебя, как у любого человека, есть право иметь свою личную одежду и обувь. Также важно, чтобы у тебя было свое личное местечко, где иногда можно уединиться, чтобы почитать, поиграть или помечтать. Ты имеешь право на личное пространство!»</p>

 <p>Разговаривайте со своими детьми на тему взросления и сексуального развития. Подавайте сексуальность как ценность и как дар! Старайтесь избегать суждений и порицаний, которые могут вызвать у ребенка отношение к сексуальной теме как чему-то опасному и запретному.</p>	 <p>«Ты можешь задавать мне любые вопросы на тему взросления и отношений, которые тебя волнуют. И это нормально!»</p>
 <p>Учите своего ребенка правилам безопасности на улице, дома, в интернете.</p>	 <p>«На улице, дома, даже в интернете ты можешь нечаянно столкнуться с разными опасными ситуациями. Очень важно научиться их распознавать и понимать, как себя вести, чтобы не случилась беда. Для этого существуют правила безопасности, которые нужно знать и соблюдать».</p>
 <p>Если вы видите, что ваш или чужой ребенок находится в опасности, окажите ему первую помощь, поговорите с ним. В случае необходимости сообщите в милицию!</p>	 <p>«Если ты чувствуешь опасность, ты имеешь право сказать «НЕТ»!» «Ты имеешь право обратиться за помощью». «Если не можешь выйти из помещения, скажи «Я хочу в туалет» и выйди из помещения, потом сразу же убегай подальше от этого места и проси о помощи».</p>
 <p>Познакомьте детей с различными сексуальными отклонениями у людей (эксгибиционизм, фроттеризм, вуайеризм и др.). Объясните, в каких ситуациях они могут встретиться с таким странным поведением людей (человек в кустах, около школы/детской площадки, в автобусе и пр.).</p>	 <p>«Если посторонние люди демонстрируют свои интимные части тела или трутся ими о твое тело, удались на безопасное расстояние или в многолюдное место. Кричи «Пожар!» или «Прекратите меня трогать!»</p>
 <p>Рано или поздно ваши любимые сын или дочь соберутся на вечеринку к друзьям или в гости с ночевкой. Учитывая возраст детей, учите их правилам поведения в гостях или на вечеринке. Следите за современными тенденциями в подростковой среде, за подростковым сленгом. Выясняйте у детей подробности или узнавайте самостоятельно, если вы что-то не понимаете. Сохраните у себя телефоны и адреса близких друзей своего ребенка и их родителей.</p>	 <p>«Я очень волнуюсь, если не знаю, где ты находишься. Всегда сообщай мне, где ты и куда собираешься пойти». «Если собираешься провести вечер в незнакомой компании, возьми с собой приятеля, в котором уверен». «В начале вечеринки предупреди всех, что не уйдешь оттуда, не попрощавшись со всеми. Если покидаешь компанию с кем-то, обязательно сообщи друзьям, с кем ты уходишь». «Если есть возможность, чтобы тебя встретили/забрали с вечеринки, обязательно воспользуйся этим». «Не пользуйся в одиночку услугами такси и частных автомобилей. При необходимости попроси провожающего»</p>

		запомнить или записать номер машины, а также отправить номер машины в SMS родителям».
	Ни при каких обстоятельствах не показывайте ребенку на дверь (не выгоняйте его из дома)!	 «Если жизнь дома невыносима, если есть определенные обстоятельства, которые для тебя мучительны, постарайся посоветоваться со взрослым, которому ты доверяешь. Но никогда не убегай из дома!»
	Обсуждайте вместе с ребенком правила безопасности в интернете, вопросы развращения детей через интернет. Просматривайте обучающие видеоролики, передачи.	 «Никогда не соглашайся, чтобы тебя фотографировали или снимали на видео посторонние люди. Даже в том случае, если они обещают сделать тебя наменитым/знаменитой». «Никогда не отправляй фотографии интимных частей своего тела в интернет. Материалы, попавшие в интернет, остаются там навсегда».
	Личным примером поддерживайте открытые и доверительные отношения в семье.	 «Помни: нет темы, которую почему-то нельзя обсудить. И помни: безвыходных ситуаций не бывает!» «Не держи свои переживания в себе, обращай ко мне по любому вопросу, который тебя тревожит. Да, я буду переживать, возможно, буду злиться и ругаться. Но если ты мне не расскажешь, что с тобой происходит, я не смогу помочь тебе. Что бы ни случилось, мы вместе с этим справимся. Я всегда рядом с тобой».
	Выслушивайте ребенка, если он делится с вами чем-то приятным (поделки, оценки, истории из жизни). Если ребенок сможет делиться с вами приятным, то он сможет поделиться и неприятным.	 «Как здорово/замечательно у тебя получилось!» «Спасибо, что доверился мне». «Спасибо, что ты поделился со мной тем, что тебя волнует!»

Источник: <https://dorogakdomu.ru/wp-content/uploads/2018/01/2020-pamyatka-dlya-roditelej-po-seksualnoj-bezopasnosti-detej-nasilie-ne-terpit-molchaniya-zelenaya-komnata.pdf>

Приложение 3

Притча «Все в твоих руках»

Давным-давно в старинном городе жил Мастер, окруженный учениками. Самый способный из них однажды задумался: «А есть ли вопрос, на который наш Мастер не смог бы дать ответа?» Он пошел на цветущий луг,

поймал самую красивую бабочку и спрятал ее между ладонями. Бабочка цеплялась лапками за его руки, и ученику было щекотно. Улыбаясь, он подошел к Мастеру и спросил: – Скажите, какая бабочка у меня в руках: живая или мертвая? Он крепко держал бабочку в сомкнутых ладонях и был готов в любое мгновение сжать их ради своей истины. Не глядя на руки ученика, Мастер ответил: – Все в твоих руках...