

Чтобы ребенок не стал жертвой сексуального домогательства или насилия, родителям обязательно нужно проводить обучение ребенка вопросам личной безопасности. В этом вам помогут краткие рекомендации, как научить ребенка противодействовать плохим намерениям по отношению к нему.

1. Помогите ребенку поверить в себя. У детей, которые хорошо относятся к себе, гораздо меньше шансов завести «секретные» отношения с каким-то взрослым человеком. Дайте ребенку понять, что вы его любите. Уделяйте ему больше внимания.

2. Признание чувств. Дети, которые распознают свои ощущения и доверяют им, в большей мере способны сопротивляться неприятному прикосновению. Вы можете попрактиковаться в описании своих чувств. Не делите чувства на плохие и хорошие – они не те и не другие. Избегайте упоминания унижающих достоинство чувств.

3. Придумайте и выучите с детьми код «недотрога». Детям бывает легче ответить кому-то отказом, если у них есть для этого особые слова. Дети будут пользоваться фразами и словами (кодом «недотрога»), если родители им объяснят, когда и зачем их нужно произносить. Кодовыми словами и фразами могут быть «Нет», «Это мое тело», «Не дотрагивайся до меня» или какие-то другие фразы по усмотрению вашей семьи. Самое главное, чтобы все члены семьи подчинялись этому правилу, тогда ребенок поверит в то, что с помощью кодовых слов он может защитить себя от чего-то, ему неприятного.

4. Чаще предоставляйте детям возможность делать выбор. Чем чаще девочке предоставлялась возможность сделать какой-то выбор, тем легче ей будет решить, чье и какого рода прикосновение она сочтет для себя приятным. Вы можете предлагать ей сделать выбор много раз в течение дня. Например: «Ты хочешь надеть синее платье или красное?».

5. Помогите ребенку соотнести свои ощущения с типом прикосновения. Детям нужно уметь распознавать свои ощущения. Они должны понимать, когда возникает опасность. Расскажите им о разных типах прикосновений: хорошее прикосновение (оно

им приятно), плохое прикосновение (оно им не нравится) и незнакомое прикосновение (дети не уверены, нравится оно или нет).

6. Объясните разницу между сюрпризом и секретом. Сюрпризы хранятся в тайне недолго. Секреты нужны, чтобы держать других людей в неведении бесконечно долго. Насильники предпочитают держать свои отношения в секрете. Они вытягивают из детей обещание «никому не говорить». Ни один взрослый не имеет права просить ребенка хранить что-то в секрете от своих родителей.

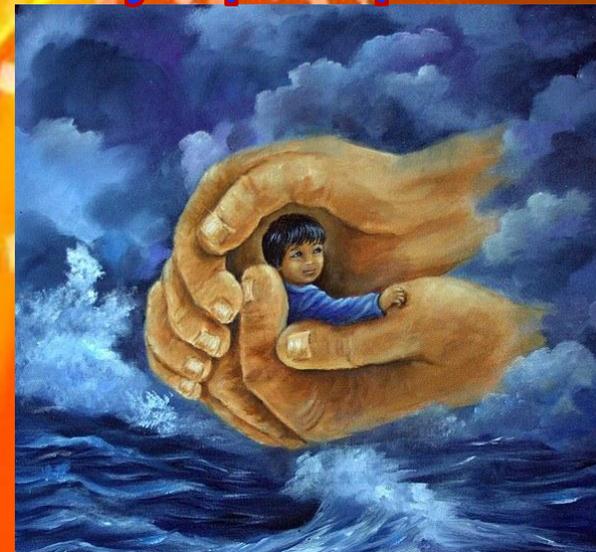
7. Объясните детям разницу между «рассказать» и «проболтаться». Насильники убеждают детей, что им никто не поверит, потому что люди не любят болтунов. Если ваша дочь понимает разницу между доверительными отношениями и сплетнями, есть больше шансов на то, что она расскажет о насилии. Доверительное отношение предполагает, что человек может обратиться за помощью, когда ему это нужно. Сплетничают же злые люди, это может втянуть кого-нибудь в беду. Помогите детям – обязательно внимательно выслушайте их рассказы.

8. Поиграйте в игру «Что бы ты сделал, если...?». Дети, которые в ходе игры учились продумывать свои действия, будут больше готовы к неприятным ситуациям в жизни. Включите в игру как можно больше различных ситуаций. Например: «Что ты будешь делать, если забудешь пальто в школьном автобусе или если большой парень задерет тебе платье, чтобы посмотреть на твоё нижнее белье?».

9. Объясните, что знакомые люди тоже могут оказаться насильниками. В 75-85 % случаев сексуального насилия ребенок знаком с обидчиком. Объясните детям, что никто – друг или незнакомец – не имеет права прикасаться к ребенку, если ему это неприятно. Научите ребенка сразу же рассказывать вам о том, что ему пришлось воспользоваться кодом «недотрога» при общении со взрослым или ребенком старшего возраста. **Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области**

«Тавдинская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы» (ГБОУ СО «Тавдинская школа-интернат») Лесная ул., д. 4, г. Тавда 623950 тел.(34360) 5-25-15, 5-21-11, факс (34360) 5-25-15E-mail: tskoshi@mail.ru

Как уберечь ребенка



от насилия

Тавда, 2025 год

Сегодня большинство родителей очень часто и по-разному поводу испытывают страх за своих детей. Чтобы помочь детям избежать насилия, родители должны обратить свой страх в действие. В данном случае от них требуется беседовать со своими детьми. Родители должны начинать разговаривать о насилии с раннего возраста и продолжать обсуждение этой темы по мере взросления ребенка.

Многие родители страшатся, когда им предлагают говорить с детьми о насилии. Мамы и папы беспокоятся о том, что вместо того, чтобы помочь их чадам справиться с насилием, они напугают их, то есть фактически навредят им. Хотя этот страх можно понять, но это совсем не значит, что он обоснован. Существует множество способов, с помощью которых родители могут говорить со своими детьми, даже с малышами, чтобы они почувствовали себя защищенными и более уверенными в себе. Говорить о предупреждении насилия можно, используя ситуации, в которых мы оказываемся ежедневно. Для обсуждения темы насилия родители могут начать со своими детьми беседы, используя мультфильмы и другие детские телевизионные программы. Когда кого-нибудь из героев мультфильма бьют или показывают пострадавшего ребенка, родители могут во время рекламной паузы обсудить с детьми увиденное. Обратите внимание своего ребенка на то, что бить детей нельзя, что дети имеют право быть защищенными и что взрослые или другие люди не имеют право обижать их. Это – первый урок, который должны усвоить дети. По мере взросления дети начинают выходить из дома без сопровождения взрослых, и в этой ситуации нужно усилить навыки безопасности. У родителей появляется прекрасная возможность пересмотреть стратегии предотвращения насилия.



НАВЫКИ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ НАСИЛИЯ

Если ребенок окажется в угрожающей ситуации, у него должно быть несколько вариантов выбора. Ниже перечислены возможные варианты, которые родители могут при удобном случае обсуждать с ребенком.

1. Убегай от опасности. Беги в школу, к соседям, в магазин или домой. Беги в ближайшее безопасное место. (Родители должны помочь детям определить все безопасные места по маршруту, которым пользуется ребенок каждый день).

2. Громко кричи и не прекращай кричать, пока не окажешься в безопасности. Эта стратегия требует практики, поскольку детей учат тому, что во многих случаях кричать некрасиво. Чтобы прибегнуть к крику в опасной ситуации, как взрослые, так и дети должны отрепетировать этот крик. Когда вы проводите репетицию крика с детьми младшего возраста, начинайте кричать негромко, постепенно делая крик все громче и громче. Маленьких детей громкий крик может напугать.

3. Определите безопасные и небезопасные секреты. Подготовка к празднованию дня рождения или спрятанный подарок – это безопасные секреты, они не заставляют ребенка испытывать чувство страха. Небезопасные секреты часто заставляют детей испытывать страх или стеснение. Небезопасным секретом всегда нужно поделиться с взрослым, который поможет тебе.

4. Вместе со своим ребенком постоянно вспоминайте имена безопасных взрослых.

Безопасные взрослые – это взрослые, которые выслушают ребенка, поверят ему и помогут. Помните, что ребенку кроме матери и отца нужны другие взрослые. Учителя, бабушка, дедушка, друзья, соседи – все эти люди могут быть безопасными взрослыми для вашего ребенка.

5. Разрешите своему ребенку говорить слово «нет». Многие дети считают, что взрослым нельзя отказывать и что их за это накажут. Однако дети должны понять, что им нужно говорить «нет» любому взрослому, который их пугает своими просьбами или требованиями.

6. Твое тело принадлежит только тебе, я разрешаю тебе и помогаю тебе заботиться о нем.

7. Всякий раз, когда у тебя возникают проблемы, неважно, пугают ли они тебя или заставляют стыдиться, я выслушаю тебя, поверю тебе и помогу. Это, наверное, одно из самых важных откровений, поскольку дети часто думают, что им никто не поверит. Они также считают, что навредят себе или тому человеку, который их обижает. Родители должны разъяснить детям, что хотят защитить их от зла.

ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ

1. Уважайте своего ребенка, не делайте сами и не позволяйте другим заставлять ребенка делать что-то против своей воли.

2. Если вы знаете, что ребенок соседней подвергается насилию, избиванию со стороны родителей, немедленно сообщите об этом в полицию.

3. Если ваш ребенок говорит о нездоровом интересе к нему вашего мужа, прислушайтесь к его словам, поговорите с мужем, не оставляйте ребенка один на один с ним. Если отношения зашли слишком далеко, расстаньтесь с этим человеком, нет ничего дороже счастья собственного ребенка.

4. Отец должен поговорить обо всех интересующих сына вопросах относительно половой жизни, объяснить, как предохраняться.

5. Мать должна объяснить девочке, как ей вести себя с противоположным полом, о средствах контрацепции.

6. Если вы заметили странность в поведении ребенка, поговорите с ним, что его беспокоит. В разговоре с мальчиком лучше участвовать отцу, без присутствия матери.

