

Памятка для родителей

Уважаемые родители!

Эта памятка предназначена для Вас, так как Вы – самый близкий для ребенка человек, который может помочь предотвратить насилие и посягательства на половую неприкосновенность детей и подростков.

Избежать насилие можно, но для этого помогите Вашему ребенку усвоить «Правило пяти «нельзя»;

- Нельзя разговаривать с незнакомыми людьми на улице и впускать их в дом.
- Нельзя заходить с ними вместе в подъезд и лифт.
- Нельзя садиться в чужую машину.
- Нельзя принимать от незнакомых людей подарки и соглашаться на их предложение пойти к ним домой или еще куда-либо.
- Нельзя задерживаться на улице одному, особенно с наступлением темноты.

Ваш ребенок должен уметь всегда отвечать «НЕТ!»

- Если тебе предлагают зайти в гости или подвезти до дома, пусть даже это соседи.

Если за тобой в школу или детский сад пришел посторонний, а родители не предупреждали тебя об этом заранее.

- Если в отсутствие родителей пришел незнакомый (малознакомый) человек и просит впустить его в квартиру.
- Если незнакомец угощает чем-нибудь с целью познакомиться и провести с тобой время.

Как понять, что ребёнок или подросток подвергался сексуальному насилию?

- Проблемы со сном, кошмары, страх перед засыпанием.
 - Головные боли, боли в желудке, соматические симптомы.
 - Повышенная агрессивность и (или) высокая активность (гиперактивность).
 - Постоянная тревога по поводу возможной опасности или беспокойство по поводу безопасности любимых людей.
 - Признаки связанные со здоровьем: повреждения гениталий, анальной области, в том числе нарушение целостности девственной плевы; следы спермы на одежде, коже, в области половых органов, бедер; наличие заболевания, передающегося половым путем.
 - Нежелание общения и неучастия в играх и любимых занятиях.
- Перечисленные проблемы могут появиться в школе, дома либо в любой знакомой обстановке, когда ребенок или подросток видит или слышит о насилии.

Поддержите ребенка или подростка в трудной ситуации:

- Исцеление начинается с общения. Заботливый взрослый – самый лучший фактор, который поможет ребенку чувствовать себя в безопасности.
- Разрешите ребенку рассказывать. Это помогает сказать о жестокости в их жизни взрослому, которому дети доверяют.
- Дайте простое и ясное объяснение страшным происшествиям. Малыши чувствуют иначе, чем взрослые. Они не понимают истинных причин жестокости и часто обвиняют себя.
- Формируйте самооценку детей. Дети, живущие в атмосфере насилия, нуждаются в ежедневном напоминании, что они любимы, умны и важны.
- Обучайте альтернативе жестокости. Помогите детям решать проблемы и не играть жестокие игры.
- Решайте все проблемы без жестокости, выказывая уважение к детям. Будьте для них примером.
- Думайте о своих физических и эмоциональных потребностях. Делитесь с кем-нибудь своими опасениями.