

## **Защитим детей и подростков от насилия и посягательства на половую неприкосновенность.**

### **Памятка для педагогов и родителей.**

#### **Уважаемый взрослый!**

Эта памятка предназначена для Вас, так как, находясь рядом с ребенком или подростком, Вы можете помочь предотвратить насилие и посягательства их на половую неприкосновенность. Избежать насилия можно, но для этого помогите ребенку усвоить "Правило пяти "нельзя"":

- - Нельзя разговаривать с незнакомцами 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. Научите ребенка всегда отвечать "Нет!":
- - Если ему предлагают зайти в гости или подвезти до дома, пусть даже это соседи.
- - Если за ним в школу или детский сад пришел посторонний, а родители не предупреждали его 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 ребенок или подросток подвергся сексуальному насилию?

- - вялость, апатия, пренебрежение к своему внешнему виду;
- - постоянное чувство одиночества, бесполезности, грусти, общее снижение настроения;
- - уход от контактов, изоляция от друзей и близких;
- - или поиск контакта с целью найти сочувствие и понимание;
- - нарушение умственных процессов (мышления, восприятия, памяти, внимания), снижение качества выполняемой учебной работы;
- - отсутствие целей и планов на будущее;
- - чувство мотивированной или немотивированной тревожности, страха, отчаяния;
- - пессимистическая оценка своих достижений;
- - неуверенность в себе, снижение самооценки.

Перечисленные проблемы могут появиться в школе, дома, либо в любой знакомой обстановке, когда ребенок или подросток видит или слышит о насилии, и определяются педагогом/родителем методом наблюдения за ребенком и личной беседы с ним.

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 в жестокие игры.
  - - Решайте все проблемы без жестокости, проявляя уважение к детям.
- Справочная информация для обращения в случае опасности:

102 - вызов полиции

112 - с любого, в том числе мобильного, телефона.