

Почему вы не говорите с ребенком о сексуальном насилии?

1. Дети редко бывают жертвами сексуального насилия, с моим ребенком этого не произойдет.
2. Такое не может произойти в том месте, где мы живём.
3. Мы не позволяем нашим детям вступать в контакт с незнакомцами.
4. Мой ребенок недостаточно взрослый для таких разговоров.
5. Ребенок может напугаться.
6. Я узнаю, если ему будет угрожать опасность, или что-то подобное произойдёт.

Избежать насилия можно, но для этого необходимо:

- объяснить ребенку правила поведения, когда он остается один на улице либо дома;
- если у ребенка появилось хотя бы малейшее сомнение в человеке, который находится рядом, или его что-то насторожило, то лучше отойти от него либо остановиться и пропустить этого человека вперед;
- стать для ребенка другом, с которым он может поделиться своими переживаниями;
- серьезно воспринять рассказ о совершенном в отношении него насилии со стороны знакомых, родственников;
- поддерживать отношения с друзьями детей и их родителями;
- не отпускать ребенка на улицу одного (когда ребенок гуляет с друзьями, возможность совершения преступления снижается);
- знать, какие передачи ребенок смотрит по телевизору, на какие сайты в Интернете чаще всего заходит, для того чтобы исключить просмотр фильмов сексуальными сценами и сценами насилия, исключить возможность общения Вашего ребенка с педофилом через Интернет;
- обязательно контролировать время, которое ребенок проводит в Интернете, будьте в курсе, с кем Ваш ребенок контактирует в сети.

БУДЬ ВСЕГДА НАЧЕКУ!!!

Соблюдая правила безопасности, Ваш ребенок сможет избежать подстерегающей его опасности, принять правильное решение в сложной ситуации. Для этого Вашему ребенку нужно навсегда усвоить

Правило пяти “нельзя”:

I. Нельзя разговаривать с незнакомцами на улице и впускать их в дом.

II. Нельзя заходить с ними вместе в подъезд и лифт.

III. Нельзя садиться в чужую машину.

IV. Нельзя принимать от незнакомых людей подарки и соглашаться на их предложение пойти к ним домой.

V. Нельзя задерживаться на улице одному, особенно с наступлением темноты.

САМЫЕ опасные места, где можно стать жертвой:

ПОДЪЕЗД!

Подходя к дому, обрати внимание, не идет ли за тобой кто-либо следом.

Если кто-то идет – не подходи к подъезду. Погуляй на улице 15-20 минут, а, если незнакомец не уходит, то можно поступить следующим образом:

— если в подъезде имеется домофон, либо у тебя с собой есть сотовый телефон, позвони и попроси родителей выйти и забрать тебя с улицы, при этом рассказав причины твоего волнения.

— если незнакомец уже находится в подъезде, в подъезд не заходи, а если вошел, то сразу же выйди на улицу и дождись, когда в подъезд войдет кто-то из взрослых жильцов дома.

Не выходи из квартиры на лестницу в позднее время. Мусор лучше выносить утром.

При внезапном нападении защищайся любым способом, а при первой возможности убегай, громко кричи и зови на помощь.

ЛИФТ!

Входи в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который вслед за тобой зайдет в кабину.

Если в вызванном лифте уже находится незнакомец, не входи в кабину.

Если все-таки незнакомец зашел в лифт, то не стой к нему спиной и наблюдай за его действиями, спроси, на какой ему этаж, после ответа скажи, что тебе выходить гораздо раньше, и постарайся нажать на кнопку вызова второго этажа.

Если двери лифта открылись, выскочи на площадку, позвони жильцов дома на помощь (не бойся выглядеть глупо, если ты ошибся).

Если вырваться не удалось, надо действовать по обстоятельствам.

Если насильник зажимает тебе рот и снимает одежду, не угрожай, не плачь, сохраняй спокойствие, разговаривай с насильником, постарайся как можно подробнее запомнить его внешность, одежду, манеру разговаривать.

Если можешь — защищайся любыми способами, если представилась возможность бежать, не собирай вещи, убегай, в чем есть.

Оказавшись в безопасности, немедленно расскажи о случившемся родителям и позвони в милицию, сообщи, что произошло, точный адрес, а также приметы и направление, куда ушел нападавший.

ЧУЖАЯ МАШИНА!

Машина – это не только средство передвижения, она также может стать орудием преступника. Надо четко знать, что садиться в чужую машину нельзя, даже если за рулем или в салоне сидит женщина.

Чтобы не стать жертвой, оказавшись в чужом автомобиле, надо выполнять Правила поведения в автомобиле:

Постарайся не добираться на попутной машине, лучше воспользоваться услугами такси, попроси сопровождающих записать номер машины, марку, фамилию водителя и сообщи об этом родителям.

Если у тебя есть сотовый телефон, постарайся постоянно разговаривать с родственниками (знакомыми) и сообщать маршрут передвижения. Если водитель начал проявлять сексуальный интерес, попроси остановиться. Если это требование не выполнено и машина не остановлена, открой дверь или постарайся разбить окно, то есть сделай все (если ты находишься на переднем сиденье, то постарайся схватиться за руль и повернуть его), чтобы привлечь к машине внимание других водителей либо внимание сотрудника милиции, если перекресток патрулируется.

Не соглашайся на предложение водителя взять попутчиков, а если он настаивает, попроси проехать чуть дальше и выйди из машины. Не садись в «тонируемую» машину, а также в машину, в которой уже сидят пассажиры.

УЛИЦА!

На улице даже днем детей подстерегает множество опасностей. Вот что надо делать, если к тебе пристает незнакомец:

- Не жди, когда тебя схватят, убегай в сторону, где много людей.
- Если можешь, брось что-нибудь в лицо нападающему (например, портфель, мешок с обувью или просто горсть мелочи), чтобы на некоторое время привести его в замешательство и отвлечь.
- Если тебе зажимают рот рукой, укуси за руку.
- Используй любые подсобные средства: ручку, расческу или ключи (вонзи в лицо, ногу или руку нападающего); любой аэрозоль (направь струю в глаза); каблук (сильно топни каблуком по ноге нападающего).
- Дерись изо всех сил, не размахивай беспорядочно руками. Надо причинить нападающему максимальную боль. Как только он ослабит хватку – убегай.

Правила поведения на улице:

- Если приходится идти вечером в одиночку, шагай быстро и уверенно и не показывай страха; можно подойти к женщине, которая вызывает доверие, или к пожилой паре и идти рядом с ними.
- В автобусе, трамвае, метро, электричке садись ближе к водителю или машинисту и выходи из вагона в последний момент, не показывая заранее, что следующая остановка — твоя.
- Не голосуй на дороге и не отвечай на предложение подвезти или на просьбу показать, как проехать туда-то. Ни в коем случае не садись в машину, чтобы показать дорогу.
- Не ходи в отдаленные и безлюдные места.
- Иди по улице в темное время в группе, вышедшей из автобуса, метро, электрички.
- Переходи по подземному переходу в группе.
- Увидев впереди группу людей или пьяного, лучше перейди на другую сторону улицы или измени маршрут.
- Если автомобиль начинает медленно двигаться рядом, перейди на другую сторону улицы.
 - **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.
 - Убедите своих детей, что нужно быть разборчивыми в выборе знакомых и всегда следует думать, прежде чем пригласить в свой дом малознакомого человека, а также остерегаться:
 - - случайных знакомств в кафе, на дискотеке;
 - - поездок с сомнительными компаниями на природу с распитием спиртных напитков;
 - - предложений незнакомых мужчин подвезти вас на попутной автомашине;
 - - посещения общежитий и квартир случайных знакомых с приглашениями послушать музыку, посмотреть фильмы.
 - Уважаемые подростки!
 - Если Вам придется поздним вечером идти одним, заранее планируйте маршрут, чтобы избежать плохо освещенных улиц, дворов, пустырей. Надетые на вас украшения прикройте одеждой, а лучше снимите их. Не носите деньги и драгоценности в сумочке. Лучше положите их во внутренние карманы одежды.
 - Если Вам показалось, что кто-то вас преследует, меняйте темп ходьбы, перейдите на другую сторону улицы.
 - Если преследование продолжается, то зовите на помощь.
 - Если Вас преследуют или настигли вблизи жилища, то не только зовите на помощь, но и кричите: "Пожар!", "Горим!". Это найдет среди жильцов гораздо более скорый отклик.
 - Если негодяй схватил Вас и пытается заставить идти в малолюдное место: чердак, подвал, нежилой дом, не поддавайтесь. Помните, там Вы будете более беззащитны и еще в большей опасности.
 - Если насильник схватил Вас сзади, попытайтесь изо всей силы ударить его затылком по подбородку.
 - Если он схватил Вас за руки, попытайтесь развести его большие пальцы. Это ослабляет хватку и позволяет вырвать руку.
 - Если Вы чувствуете, что не можете оказать активного сопротивления, сыграйте: сделайте вид, что от страха не можете идти. Скажите, что Вы длительное время больны опасной болезнью (гонореей, сифилисом, СПИДом) или беременны.
 - Помните, что любая отсрочка во времени может охладить пыл насильника или привести к изменению обстановки - появлению посторонних граждан, работников полиции, знакомых. Это может послужить причиной отказа насильника от преступного замысла. Однако, во всех

случаях проявляйте бдительность и будьте всегда готовы к самообороне, не упускайте момента убежать, позвать на помощь.

- Если усилия, предпринятые Вами, положительных результатов не дали, тогда необходимо переходить к активным формам защиты. Осуществляя ваше право на необходимую оборону, можно воспользоваться любым предметом, который находится при вас (зонтик, связка ключей, горящая сигарета, любой аэрозольный баллончик, ручка, карандаш, металлическая щетка для волос, острые каблуки и т.д.) или рядом (палка, камень, осколок стекла и т.д.). При отражении нападения старайтесь Вашими действиями создать как можно больше шума, громко кричите, не стеснясь, стучите в двери к соседям, жильцам ближайших домов. Для обеспечения личной безопасности, можно приобрести газовый баллончик. Можно в магазине спортивных товаров купить свисток и всегда иметь его при себе, чтобы воспользоваться в случае опасности. О факте насилия или его попытке, немедленно сообщайте в полицию. До проведения медицинского освидетельствования, не принимайте душ или ванну, не стирайте и не выбрасывайте одежду, которая была на Вас. Будьте осмотрительны и осторожны! Помните, Ваша безопасность во многом зависит от Вашего поведения!

Советы родителям подростков:

1. Не допускайте, чтобы ваш ребенок получал информацию о половой жизни из уст своих сверстников.
2. Найдите время для откровенного разговора, не ставьте табу на темах полового воспитания.
3. Обсудите с ним его успехи, достижения, возможные планы на будущее, традиции своей семьи (недопущение ранних половых отношений, зрелый возраст вступления в брак, родительская ответственность...)
4. Расставьте ценностные приоритеты на данном этапе взросления (здоровье, образование, спорт, путешествия...)
5. Расскажите ему о способах сохранения репродуктивного здоровья, последствиях ранних половых связей.
6. Объясните ему, что только половая зрелость и настоящая любовь дают человеку право на половую жизнь.
7. В беседе обратите внимание на то, что когда-то у ребенка будет семья и семейная жизнь должна начинаться с невинных отношений, с уважения достоинств друг друга.
8. Признайтесь ребенку в том, что вы им гордитесь и надеетесь, что он оправдает ваши надежды.

Выступление на классных родительских собраниях педагога-психолога Ю.Н. Леонович

«Сексуальная неприкосновенность несовершеннолетнего»

Каждый несовершеннолетний должен знать и своей сексуальной неприкосновенности. Это очень важно. Статистика показывает, что около 9 из 100 юношей подвергаются изнасилованию. Обычно насилуют именно знакомые подростка. 20 из 100 девочек старших классов школы пострадали от физического или сексуального насилия со стороны также знакомых партнеров. Но как поговорить с ребенком на эту непростую, если не сказать пугающую тему? Эксперты по защите прав ребенка советуют говорить об этом с раннего возраста, используя понятия “хорошее”, “плохое” и “интимное” прикосновение. Объясните ему, что к хорошим прикосновениям относятся дружеские объятия, похлопывание по спине и поцелуй в щеку, а к плохим – удар или толчок. К интимным – когда кто-то хочет прикоснуться к подростку, говоря, что не нужно об этом никому рассказывать. Будьте уверены в том, что в случае возникновения такой ситуации, ребенок ответит “нет”.

Кроме того, рекомендуется использовать купальник или плавки, как наглядное пособие для ребенка с целью определения интимных мест. Вы можете сказать ему, что к любому месту, которое прикрывается купальником или плавками, никто не должен прикасаться. По мере взросления ребенка можно рассказать об этом более детально.

Обязательно нужно объяснить ребенку, что никогда не следует:

- Подходить к незнакомому взрослому ближе, чем на метр, особенно если он находится в автомобиле.
- Входить в лифт с незнакомым взрослым или заходить одновременно с ним в подъезд.
- В одиночку идти со взрослым – как незнакомым, так и малознакомым, как в знакомое, так и в незнакомое место под любым предлогом: посмотреть/взять в подарок/помочь вылечить щенка или котенка, взять пакет для папы, помочь в какой-то хозяйственной мелочи, проводить и показать улицу или дом.
- Садиться в машину со знакомыми и тем более незнакомыми, даже если они сообщают, что «папа/мама в больнице и тебе срочно нужно приехать» (надо объяснить ребенку, что сначала нужно папе/маме позвонить и выяснить, все ли с ними в порядке, а если дозвониться не удастся – поехать с хорошо знакомым взрослым, лучше – женщиной, к примеру, с соседкой или мамой школьного друга).
- НИКОМУ, кроме доктора на приеме (с согласия и в присутствии родителей) нельзя позволять себя трогать за половые органы – и тем более нельзя трогать никого из взрослых, или более старших ребят. Даже если они об этом очень попросили и предложили щедрое «вознаграждение», даже если это близкие родственники, и даже если они заявляют, что «все дети делают это» или, напротив, «сейчас ты узнаешь то, что не знает и не умеет еще никто из твоих ровесников».

Еще нужно объяснить ребенку, что если на него все же напали, обманули, запугали и сделали все то, чего делать права не имели – надо рассказать об этом тем, кому доверяешь – и как можно раньше! Часто дети не решаются сказать матери о действиях отчима, отца или деда из страха, что мать просто не поверит или потому, что это будет слишком тяжелым ударом для нее. Однако если

мама или кто-то из очень близких проведут беседу об этих опасностях первыми – ребенок будет понимать, что в случае беды именно этому взрослому можно довериться. Увы, нередко бывает, что матери вполне в курсе происходящего, но либо делают вид, что ничего не знают, либо вообще махнули на это рукой – что часто встречается в асоциальных семьях. В этом случае ребенку очень повезет, если на его пути встретится кто-то (соседи, учителя, родители друзей), кто объяснит, что с этой бедой можно и нужно обращаться в полицию, органы опеки, психологические службы.

Ребёнок должен быть информирован о возможности насилия в доступной для его понимания форме. При этом необходимо учесть, что возраст около 25% жертв сексуального насилия составляет меньше 7 лет, поэтому чрезвычайно важно понять, что делать и как разговаривать с ребёнком, в зависимости от его возраста.

Психологи дают такие рекомендации:

1. • 18 месяцев – необходимо научить ребёнка правильным названиям частей тела.
 - 3-5 лет – необходимо научить ребёнка правильным названиям интимных частей тела и помочь ему научиться говорить «нет» в ответ на любое сексуальное предложение. Дать ребёнку прямые ответы, в соответствии в доступной для его понимания форме на его вопросы о сексе.
 - 5-8 лет - научить ребёнка правилам безопасности на улице и помочь ему научиться отличать симпатию от сексуальных претензий. Необходимо поощрять ребёнка к тому, чтобы он рассказывал взрослым о любом испугавшем его событии.
 - 8-13 лет – научить ребёнка основным приемам самозащиты (знать номер полиции, не стыдится звать на помощь и привлекать к себе внимание в случае опасности) и объяснить ему основные правила приемлемого сексуального поведения.
 - 13-18 лет – рекомендовано обучение навыкам персональной защиты для предотвращения венерических заболеваний и нежелательной беременности, знакомство с понятием «изнасилование» и правилам безопасности для того, чтобы не стать жертвой этого преступления.
2. Говоря о сексуальном насилии, необходимо избегать чрезмерного запугивания.

Хотя немаловажно, чтобы ребёнок был достаточно обеспокоен опасностью стать объектом насильственного поведения взрослых, тем не менее, необходимо, чтобы он был и достаточно уверен в своей способности, в случае необходимости, избежать такой ситуации.
3. Необходимо обстоятельно объяснить, чем нормальные прикосновения отличаются от «ненормальных», создающих у ребёнка ощущение дискомфорта или смущения.
4. Необходимо объяснить ребёнку, что у него есть права - право распоряжаться своим телом и право говорить «нет», когда прикосновения к их телу доставляют им неприятные ощущения.
5. Важно побудить ребёнка сразу же рассказать Вам, если взрослый человек, кем бы он ни был, прикасался к нему.
6. Обсудите с ребёнком, какими приёмами, возможно, будут пользоваться взрослые, чтобы вовлечь их в сексуальные действия.