**КАК УБЕРЕЧЬ СВОЕГО РЕБЕНКА ОТ НАСИЛИЯ?**

Как помочь детям, чтобы они почувствовали себя защищенными, сильными и свободными?

Многие родители страшатся, когда им предлагают говорить с детьми о насилии. Мамы и папы беспокоятся о том, что вместо того, чтобы помочь детям справиться с насилием, они напугают их, лишат наивности и доверия, то есть, фактически навредят им.

Хотя этот страх можно понять, 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, вместо того, чтобы напугать их и лишить доверия.

**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.

3. Определите безопасные и небезопасные секреты. Подготовка к празднованию дня рождения или другого торжества, которые держатся в тайне, или спрятанный подарок - это безопасные секреты, они не заставляют ребенка испытывать чувство страха. Такие секреты, в конечном итоге, поверяются кому-нибудь. 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 своим детям, что хотят защитить их от зла.

**РОДИТЕЛИ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ, ЧТО:**

1. Жертвами насилия могут быть как девочки, так и мальчики.
2. Насилие может совершаться в отношении детей всех возрастов, включая и детей до 1 года.
3. В 85-98% случаев дети знакомы с насильником. И не просто знакомы, а часто испытывают к нему чувство любви и доверия.
4. Чаще всего насилие происходит в доме жертвы, либо в доме насильника.
5. Насильником может быть человек любого возраста, любой расы и любого социального положения.

**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:**

1. Запомните правило «три К», всегда знайте: Куда пошел ваш ребенок; Кто пошел с ним и Когда он должен вернуться.

2. Всегда отмечайте взрослых, которые уделяют слишком много внимания вашему ребёнку и дарят ему дорогие подарки, покупают сладости, ищут возможности остаться наедине с вашим ребёнком и т. д.

3. Ваш ребёнок должен знать с детства, кто его может трогать, а кто нет, и какие части тела считаются интимными. А также, что интимные части тела никто (кроме самого ребёнка, врача и мамы) не может трогать. Для того чтобы ребёнок понял, о чем идет речь, используйте выражения типа: «у тебя под одеждой», «у тебя под трусиками». Можно также добавить: «если кто-нибудь захочет потрогать тебя здесь, скажи мне». Пусть ребёнок выучит правила сексуального поведения.

4. Научите детей доверять интуиции и говорить «нет» в ситуациях, когда они чувствуют себя с кем-то некомфортно.

5. Не оставляйте маленьких детей одних на площадках, в магазине, в парке без наблюдения близких взрослых.

7. Объясните детям, что они не должны подходить к незнакомым машинам и к незнакомым людям. Дети также не должны уходить даже со знакомыми людьми прежде, чем спросят вашего разрешения.

8. Научите подростков выбирать самый безопасный (а не самый близкий) путь возвращения вечером домой. Также вы должны знать, с кем они пойдут или кто их будет встречать.

9. Слушая ребёнка, применяйте «активное слушание». Ребёнок должен знать, что если его что-либо беспокоит, вы всегда выслушаете и поможете.

10. Соблюдайте правила сексуального поведения при детях.

Наш адрес: 213453, г.Мстиславль, ул. Республиканская, 45 тел.: (02240) 5-84-56эл. почта: stnr.mstislavl@tut.by

**ГУО «Мстиславская специальная общеобразовательная школа-интернат для детей с тяжелыми нарушениями речи»**

**Советы родителям**

**Гораздо легче предотвратить**

**сексуальное насилие в отношении вашего ребёнка, чем испытывать глубочайшее чувство вины за то, что не уберегли его.**

**Мстиславль, 2021**