

Министерство просвещения Российской Федерации

СБОРНИК
типовых сценариев родительских собраний
в образовательных организациях, направленных на разъяснение
родителям несовершеннолетних необходимости продумывания
безопасного маршрута детей
в образовательную организацию и домой,
разговоров с детьми о правилах безопасного поведения
несовершеннолетних на улице, в подъезде, в лифте,
в общении с незнакомыми и малознакомыми людьми

Москва, 2023 год

Министерство просвещения Российской Федерации

СБОРНИК
типовых сценариев родительских собраний
в образовательных организациях, направленных на разъяснение родителям
несовершеннолетних необходимости продумывания безопасного маршрута
детей в образовательную организацию и домой,
разговоров с детьми о правилах безопасного поведения несовершеннолетних
на улице, в подъезде, в лифте,
в общении с незнакомыми и малознакомыми людьми

Сборник составлен во исполнение пункта 16 раздела II Перечня дополнительных мер, направленных на координацию деятельности органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних по предупреждению преступных деяний против половой неприкосновенности несовершеннолетних на период 2023-2025 годов, утвержденного протоколом заседания Правительственной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав от 7 июля 2023 г. № 2.

Сборник предназначен для педагогических работников (классных руководителей, педагогов-психологов, социальных педагогов) и рекомендован к применению на базе общеобразовательных организаций.

Сборник включает типовые сценарии родительских собраний для родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся 1 – 4 классов, 5 – 9 классов, 10 – 11 классов общеобразовательных организаций, составленных на основе материалов методических рекомендаций по проведению профилактической работы, направленной на предупреждение преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних, представленных Минздравом России^{1,2}.

¹ Методические рекомендации по организации профилактической работы, направленной на предупреждение преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних / авт.-сост. К.Г. Лобынцева, О.С. Малеева, Д.А. Глянченко. – Белгород, 2022. – 112 с.;

² Методические рекомендации по проведению профилактической работы, направленной на предупреждение преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних / авт.-сост. Р.Р. Гучетлев, Ф.Р. Тхагова. – Майкоп, 2020. – 38 с.

СОДЕРЖАНИЕ

Типовой сценарий родительского собрания «Что должны знать дети, чтобы защитить себя» (для родителей (законных представителей) обучающихся 1–4 классов общеобразовательных организаций).....	3
Типовой сценарий родительского собрания «Личные границы – это важно!» (для родителей (законных представителей) обучающихся 1–4 классов общеобразовательных организаций).....	6
Типовой сценарий родительского собрания «Проблемы и риски современных детей и подростков» (для родителей (законных представителей) обучающихся 5–9 классов общеобразовательных организаций).....	10
Типовой сценарий родительского собрания «Почему дети не рассказывают о насилии или как понять, что с ребенком это происходит» (для родителей (законных представителей) обучающихся 5–9 классов общеобразовательных организаций).....	10
Типовой сценарий родительского собрания «Из личного – в публичное: «секстинг» и «груминг» (для родителей (законных представителей) обучающихся 10–11 классов общеобразовательных организаций).....	18
Приложение 1. «Рассказы для маленьких» (рекомендации родителям (законным представителям) обучающихся 1–4 классов общеобразовательных организаций для совместного чтения и обсуждения прочитанного).....	30
Приложение 2. «Признаки сексуального насилия у детей и подростков» (памятка для родителей).....	32
Приложение 3. «Особенности психического состояния и поведения ребенка-жертвы сексуального насилия» (памятка для родителей).....	36
Приложение 4. «Профилактика преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних» (памятка для родителей).....	38
Приложение 5. «Половая неприкосновенность несовершеннолетних» (памятка для родителей).....	43

Типовой сценарий родительского собрания
«Что должны знать дети, чтобы защитить себя»
(для родителей (законных представителей) обучающихся 1–4 классов
общеобразовательных организаций)

Ребенок может избежать беды, если будет знать, что именно ему делать, когда он окажется в опасной ситуации. Твердо сказать «нет», рассказать тому, кто в состоянии реально помочь, — эти навыки, жизненно важные для любого ребенка, следует динамично прививать ему в целях использования в любой ситуации, угрожающей его безопасности.

Если дети хорошо знают, как устроено их тело, понимают, что оно принадлежит только им, то они не позволяют прикасаться к себе никому, кроме тех людей, которые не злоупотребляют их доверием. Даже маленькие дети должны знать правильные названия частей тела, включая половые органы.

Следует отвечать на вопросы детей просто и ясно, используя только те слова, которые они понимают. Ванная комната может быть самым подходящим местом для обучения личной безопасности. При мытье ребенка следует дать ему мыло, чтобы он сам вымыл свои половые органы. Необходимо объяснить, что эта часть тела является интимной, что никто, кроме врача, в случае необходимости, не может прикасаться к ней без его согласия, и сам ребенок тоже не должен трогать интимные части тела других людей.

Необходимо научить ребенка:

- доверять своим чувствам, интуиции;
- уметь различать хорошие, плохие и смущающие прикосновения.

Таким образом, он сможет распознать возможную опасность и избежать ее.

При этом следует объяснить, что:

- хорошие прикосновения всегда приятны, как объятия тех, кого ребенок любит, или как дружеские рукопожатия;
- плохие прикосновения причиняют вред и оставляют неприятные воспоминания, от которых хочется избавиться и которые могут ранить душу;
- смущающие прикосновения приводят в смущение, нарушают покой, вызывают непривычное волнение. Ими могут быть прикосновения, которые

начинаются как хорошие, а потом причиняют боль. Например, щекотка, продолжающаяся слишком долго. Или же это могут быть приятные прикосновения, но тех людей, которых ребенок знает недостаточно хорошо, или «тайные» прикосновения, когда кто-то трогает интимные части тела.

Если какие-то прикосновения причиняют боль или смущают его, ребенок должен:

- громко сказать «нет», глядя прямо в глаза тому, кто это делает;
- убежать;
- рассказать обо всем взрослому, которому доверяет.

Ребенку необходимо разъяснить, что, хотя воспитанные дети и должны уважать взрослых, не следует подчиняться каждому взрослому только из-за того, что тот старше и вправе требовать послушания. Иногда это может быть опасно и привести к беде. Личная неприкосновенность является правом каждого человека. Нужно научить ребенка твердо говорить «нет» в случае любого посягательства на его неприкосновенность — так же, как его учат закрывать дверь, когда он моется в ванной.

Родители должны поддерживать со своими детьми доверительные отношения.

Для этого необходимо создать такие взаимоотношения в семье, когда ребенок может свободно обсуждать со взрослыми любые проблемы. Важно поддержать право ребенка на отказ обнять или поцеловать взрослого, если он этого не хочет: эти ласки даже со стороны родственника или близкого знакомого семьи могут быть неприятны ребенку. Альтернативой им может стать доброжелательный разговор или рукопожатие как выражение теплых чувств.

От родителей требуется набраться терпения и научиться внимательно слушать детей, когда они рассказывают о событиях своей жизни или о друзьях; задавать ребенку вопросы о его переживаниях, страхах и огорчениях; поощрять ребенка делиться сокровенными переживаниями — это наиболее важные условия, которые помогают избежать беды.

Нужно быть в курсе взаимоотношений ребенка с другими детьми и взрослыми. Секретность, окружающая взаимоотношения малыша или подростка с

другими людьми, должна насторожить.

Взаимоотношения с посторонними.

Ребенок может попадать в опасные ситуации при контактах с посторонними. В каждой семье должны быть установлены правила безопасности, которые помогут детям избежать беды, когда они остаются дома одни или же находятся вне его:

- входная дверь должна быть захлопнута и закрыта на замок. Нельзя открывать дверь посторонним, даже если это почтальон, милиционер или водопроводчик;

- самым безопасным ответом ребенка по телефону, когда он дома один, может быть фраза, что мама и папа заняты, вместо того, чтобы говорить звонящему, что родителей нет дома;

- несовершеннолетний должен знать, кому из друзей или соседей он может позвонить в отсутствие родителей и взрослых, если он испугается или окажется в критической ситуации;

- рядом с телефонным аппаратом следует поместить номера телефонов экстренных служб;

- нужно научить ребенка пользоваться мобильным телефоном для набора телефонов экстренных служб, ребенок должен знать номер домашнего телефона и почтовый адрес, а также номера мобильных телефонов родителей;

- если ребенок регулярно ходит в определенные места (школа, магазин, спортивная секция и т.п.), необходимо вместе с ним выбрать наиболее безопасный маршрут;

- выручает и использование в семье пароля безопасности. При этом важно выбрать легко запоминающееся слово, которое несовершеннолетний будет использовать в качестве сигнала, что он оказался в опасности и нуждается в помощи и пр.

Типовой сценарий родительского собрания
«Личные границы – это важно!»
(для родителей (законных представителей) обучающихся
1–4 классов общеобразовательных организаций)

Добрый день, уважаемые родители. Часто ли мы задумываемся над тем, что такое личные границы? Зачем они нужны?

Личные границы – это своеобразные маркеры во взаимоотношениях: «Так со мной можно поступать, а так – нельзя. Потому, что мне это не приятно». Личные границы – это, своего рода, зона безопасности. Отстаивать ее очень трудно. Данный навык требует осознанности, дисциплины, понимания своих потребностей. Ребенок должен различать, что по отношению к нему со стороны других безопасно, доступно, нормально, а что – небезопасно, неадекватно, а значит, неприемлемо. И снова возвращаемся к важности воспитания в семье. Например, для ребенка, не подвергавшегося насилию (эмоциональному, физическому) агрессия со стороны другого человека воспримется как неадекватное поведение, а значит – угроза. Такой ребенок сразу же отреагирует, найдет способ обезопасить себя, защитит свои границы.

Взрослый родитель с детства участвует в формировании личных границ у ребёнка. С чего же начать?

Границы безопасности начинаются с телесных границ. Ребенок должен знать, что его тело – это важно. Ребенок должен чувствовать постоянно, что физический дискомфорт, особенно бесцельный – это ненормально и правильнее всего его избегать. То есть, если туфли жмут и трут – это не потерпи, зато красиво и я их дорого купила. Это повод принять меры или, хотя бы, пожалеть, что эти меры сейчас приняты быть не могут и придется героически перетерпеть дискомфорт.

Важно объяснить ребенку, что никто, кроме врача, не может трогать его без разрешения – а с определенного возраста даже вы. Важно учитывать, что границы сдвигаются по мере взросления. Если в три года мыть ребёнка – нормально, то в 12 лет заходить в ванную без стука со словами «что я там не видела» – неправильно. Говорите ребенку, что никто не имеет права намеренно

причинять ему боль и относиться к его телу без должного уважения.

Ребенок должен знать, что его согласие либо не согласие - важно.

Личные границы – это право ребёнка иногда не согласиться с вами.

Здесь, конечно же, важна грамотность не только родителей, но и окружающих взрослых. Наши воспитатели, педиатры, стоматологи, парикмахеры только начинают привыкать к тому, что ребенку надо не только объяснить, что с ним будут делать, но и спрашивать разрешения дотронуться. Ну, например, педиатр может сказать: «Я сейчас подниму тебе майку, чтобы послушать как ты дышишь, можно?». В некоторых случаях родителям стоит об этом попросить отдельно и заранее.

Если ребенок скажет: «Нет», это неприятно здесь и сейчас, но не смертельно.

Ситуации бывают разные. Допустим, ребенок не хочет ехать в гости к бабушке. Поинтересуйтесь основанием мнения ребенка. Может быть у него просто плохое настроение и он против любых планов из-за вредности. А может быть у бабушки его что-то или, что особенно важно, кто-то пугает. Например, та же заботливая бабушка заставляет доедать обед до конца, когда ребенок уже наелся. Или на семейном застолье дядя с тетей давят на ребенка, чтобы тот вслух прочитал стихотворение. В такой ситуации включайтесь сразу, так вы защитите ребенка и покажете, что вы его авторитетный взрослый, стоящий на охране его границ.

Неплохо бы так же спрашивать ребенка по поводу просмотренного, прочитанного не пересказ и не анализ, а мнение. Хотя бы время от времени.

А что же нам делать с детьми, которые демонстративно отрицают планы взрослых. Вы уже приняли решение о поездке и слышите о том, что это дурацкая идея. Можно ответить следующим образом: «Жаль, что ты так считаешь, но ты имеешь право на это мнение. И все же мы поедем, решение было принято и сейчас пересмотрено быть не может».

Смиритесь с фактом, что нельзя заходить к старшему подростку в комнату без стука, без разрешения нельзя проверять его телефон и сообщения. Это нарушает право ребёнка на личную жизнь. Договаривайтесь о правилах, соблюдайте их со своей стороны и обсудите последствия за их нарушение.

Ребёнок увидит, что вы уважаете его право на личное пространство, секреты и постепенную сепарацию, а также научится понимать последствия своих нарушений.

Научите ребенка ценить ваше пространство.

Дайте ребёнку понять, что нарушать ваше пространство нельзя. Под пространством понимается всё что угодно. Например, запрещается дёргать вас, когда вы пьёте чашку утреннего кофе, или заходить в ванную комнату, когда вы в душе. Также уважайте и пространство ребёнка, постепенно обучайте ухаживать за своими вещами.

Ребёнок будет брать пример и аналогично выстраивать отношения с окружающими в дальнейшем.

Научите ребенка ценить чужое пространство.

Навык уважения чужих границ — это, прежде всего, умение принимать, что другие люди отличаются от вас.

Не стоит гладить чужих собачек и котиков, не спросив об этом разрешения у хозяина или хозяйки. Не надо поощрять физический контакт с другим ребёнком просто ради «дружелюбия» — невежливо набрасываться на малознакомого или вовсе незнакомого сверстника не только с щипками, но и с объятьями ли, с поцелуями ли или с троганием волос. Не надо теребить посторонних взрослых и заглядывать им в глаза.

Чужие границы помогают осознавать свои границы. Ну, и их осознание уменьшает шанс на то, что ваш ребёнок станет агрессором в будущем.

Умение отказать и сказать «нет» в определенных ситуациях – важно!

Безусловно, ситуации бывают разные, и в некоторых случаях поступиться своими интересами ради другого действительно важно.

Но, бывают такие ситуации, когда нами манипулируют и здесь важно не поддаваться чужой воле и уметь вовремя сказать: «нет».

Научите ребенка АЛГОРИТМУ ЭФФЕКТИВНОГО ОТКАЗА:

Сначала он должен прояснить ситуацию: что конкретно хочет человек, и почему именно от него. Для этого необходимо задавать прямые вопросы:

«А почему именно ко мне ты обратился с этой просьбой? Почему ты не сделаешь это сам?».

Нужно обсудить с товарищем последствия своих действий «Если я сейчас это сделаю, то потом...», «Если мне придется сделать за тебя это, тогда я...».

Если есть приемлемые варианты помощи, то нужно предложить их: «Давай мы поступим иначе...», «Давай вместо этого мы с тобой...» — твой собеседник увидит, что ты действительно хочешь помочь, но не так, как он тебе предлагает.

Если тебя не услышали или не захотели слушать — решительно говори «нет» и заканчивай разговор. При этом попрощайся как обычно и сообщи, что «на связи». Это нужно для того, чтобы не возникло неловкости. Этим ты даешь понять, что уходишь именно сейчас и именно от этой ситуации — от предложения, просьбы.

Взрослый родитель с детства участвует в формировании личных границ у ребёнка. Идея границ помогает свести конфликты на минимум. Приобретайте этот навык и общайтесь с удовольствием!

Типовой сценарий родительского собрания
«Проблемы и риски современных детей и подростков»
(для родителей (законных представителей) обучающихся
5–9 классов общеобразовательных организаций)

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодняшняя встреча посвящена проблеме рисков, которым подвержены наши дети в современном мире.

Мы, как любящие и заботливые родители, конечно хотим, чтобы наши дети были эмоционально благополучны (уверенность в себе, чувство защищенности, положительный круг общения и т.д.). Во многом, благополучие детей зависит от нас, родителей, в семье мы как можем, оберегаем свои «чада», но... рано или поздно дети выходят в социум, где так же черпают информацию, которая не всегда совпадает с нашим мнением, нашими установками, взглядами и т.д., но, на основе которой в том числе у них формируются представления об окружающей действительности, воссоздается так называемая «картина мира», формируются навыки общения, какие-то штампы поведения.

Возраст 10 – 12 лет считается ранним подростковым, ведущая деятельность в нем – эмоционально-личностное общение. Для наших детей важно самоутверждение в группе сверстников, вектор внимания направляется на ярких лидеров, порой считывается поведение кумиров, мнение сверстников часто значимее мнения родителей и это тоже нормально для данного периода. Как говорится это нужно пережить вместе с ребенком, находясь в позиции «рядом». Наша задача-поддержка и защита ребенка. В данном возрасте дети очень доверчивы, их собственное мнение, жизненная позиция только начинают формироваться, поэтому информация, которая поступает извне оказывает большое влияние на поведение, настроение, эмоциональное состояние наших детей. Круг общения реальный мы контролировать можем, но надо помнить о том, что большую часть времени дети общаются в интернете и порой за виртуальной информацией уследить нереально сложно.

В первую очередь, зона риска – это глобальная информационно телекоммуникационная сеть «Интернет». Порой мы не задумываемся о том, что происходит по ту сторону монитора, какие сайты посещает ребенок, в каких

группах он зарегистрирован, в какие онлайн – игры играет, не ведем хронометраж времени его нахождения в сети. Удобно то, что ребенок постоянно находится дома, в общем у нас, взрослых, создается полная иллюзия контроля.

Чем опасен интернет?

Самое распространенное явление, с которым может столкнуться не только ребенок, но и взрослый – кибербуллинг – преследование пользователя сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, сексуальные домогательства с помощью различных интернет-сервисов. К сожалению, кибербуллинг – очень распространенное явление среди российских подростков. Каждый пятый ребенок может признать, что подвергался буллингу онлайн или в реальной жизни. В последнее время особое место занимают кибермоббинг и киберсуицид. Кибермоббинг – это выкладывание в сеть фотографий и видео с унижениями и издевательствами над непопулярными сверстниками. Киберсуицид – это самоубийство, совершаемое в результате общения с использованием интернетресурсов. За последние годы был закрыт ряд сайтов на бесплатных хостингах и группах в социальных сетях, которые представляли собой «клубы самоубийц». Они создавались подростками и ориентированы были тоже на подростков. Такие «клубы», предлагают своим посетителям «тысячу способов уйти из жизни». В одной из таких групп пользователям присваивался порядковый номер, в соответствии с которым он должен был спрыгнуть с высотного здания.

В Интернете дети часто компенсируют недостаток общения, порой доверяя и доверяясь незнакомым людям. Отсутствие критичности к предоставляемой информации может иметь необратимые последствия. Возможно столкнуться с таким явлением, как груминг – установление дружеских отношений с ребенком с целью сексуальной эксплуатации. Злоумышленник нередко общается с ребенком в Интернете, выдавая себя за ровесника, сверстника. Он знакомится в чате, на форуме или в социальной сети с жертвой, пытается установить с ним дружеские отношения и перейти на личную переписку. Общаясь лично, («в привате»), входит в доверие к ребенку, пытается узнать номер мобильного телефона и договориться о встрече.

Особенностью подросткового возраста является недифференцированная самооценка, чаще заниженная. Отсюда, повышенная критичность к своей внешности, непринятие себя, желание измениться и, конечно же, соответствовать «модным» тенденциям красоты. Запрос, как известно, порождает интерес к определенной тематике. Так, у девочек 11 – 13 лет резко возрастает интерес к сайтам, на которых обсуждают различные диеты и способы похудения, ведется пропаганда анорексии, булимии.

Распространенное явление на просторах сети – голые селфи, секстинг (обмен сообщениями сексуального характера с помощью любого цифрового устройства). Желание чувствовать себя взрослыми при несформированной системе ценностей, тоже особенность возраста. И, чаще, эти самые ценности формирует интернет-контент, а доказательством принятия является количество «лайков».

Каким образом можно обезопасить наших детей?

1. Необходимо знать круг общения вашего ребенка (виртуальный и реальный), следить за происходящими изменениями.
2. Проговорите с ребенком о правилах общения в Интернете. Объясните, что личная информация, которую они выкладывают в интернет (домашний адрес, номер мобильного телефона, электронная почта, личные фото) может быть использовано против них. Научите правильно реагировать на кибербуллинг (агрессора необходимо игнорировать и покинуть сайт). Учите прогнозированию своих поступков и последствий.
3. Контроль интернет-контента. Используйте программы родительского контроля и контентной фильтрации, настройки безопасного поиска. Часто пакет функций родительского контроля уже есть в антивирусной программе.
4. Оценка времени, проводимого в сети. Помните о том, что запреты здесь не работают. Будьте готовы предложить альтернативу, наполнить жизнь ребенка реальными событиями. Проанализировав, чем интересуется ребенок в Интернете, поддержите его интерес увлечениями вне сети.

Ведущей деятельностью в подростковом возрасте является интимно-личностное общение, снижается авторитет родителей и взрослых,

на первый план выступает мнение сверстников. Дети часто подражают неформальным лидерам, не боящимся продемонстрировать протест. Подростки легко поддаются влиянию извне и этим пользуются недоброжелатели, вовлекая детей в протестные движения (околофутбольщики, оффники – субкультура футбольных фанатов, которые устраивают беспорядки и драки; «Арестантское уголовное единство» (АУЕ)^{3*} – это молодежная субкультура, пропагандирующая антисоциальный (преступный) образ жизни и навязывающая стереотипы и модели поведения, характерные для представителей криминального мира и т.д.). Ответственность за участие несовершеннолетних в несанкционированных митингах полностью лежит на родителях и законных представителях.

Каким образом мы разговариваем с подростками по данной проблематике?

1. Говорить о том, что это плохо – бесполезно. Необходимо донести детям информацию о том, что ими профессионально манипулируют, используют в корыстных целях .

2. Информировать детей о том, что ведется съемка с помощью беспилотных летательных аппаратов участников несанкционированных митингов с последующим доставлением в отделение полиции. Информация фиксируется и в дальнейшем может иметь негативные социальные последствия.

В подростковом возрасте «запретный плод» особенно сладок. Подростки могут практиковать сниффинг – это форма токсикомании, при которой состояние токсического опьянения достигается в результате вдыхания паров химических соединений, используемого в бытовых приборах газа, летучих веществ, которые имеют свободное обращение в быту. Так же проявляется интерес к употреблению алкоголя.

Как предостеречь ребенка?

Говорим о последствиях употребления токсических веществ и алкоголя для здоровья (отмирание клеток головного мозга, резкое ухудшение состояния печени, проблемы с потенцией, высокий риск летального исхода как аллергическая

³ 17 августа 2020 года Верховный суд Российской Федерации признал «Арестантское уголовное единство» (АУЕ) экстремистской организацией и запретил её деятельность на территории страны

реакция организма).

Еще одна зона риска для наших детей – склонность к суицидальному поведению. Об этом нельзя говорить с детьми, но невозможно не говорить с родителями.

В жизни каждого человека случаются стрессовые ситуации, воспринимаемые человеком как кризис – безответная любовь, смерть любимого человека, развод, травля, угроза физической расправы, одиночество и т.д., которые нарушают эмоциональное благополучие и могут служить триггером или «спусковым крючком» к суицидальному поведению.

Как вовремя предотвратить кризис, помочь пережить сложную ситуацию? Что вы можете заметить?

Резко ухудшается эмоциональное состояние: появляется чувство беспомощности, бессилия, безнадежности. Может выражаться в речи, неоднократных высказываниях («Я не могу контролировать себя», «Я иссякла», «Не верю в то, что смогу справиться и не вижу выхода», «Я очень устала»);

налицо переживание горя, признаки депрессии, тревоги;

подавленное настроение, чувство тоски («Я больше не могу радоваться не оттого, что приносило мне раньше счастье», «Вокруг меня вдруг стало все серым унылым, цвета погасли»);

чувство вины, мало значимости («Никто не любит», «Никому не нужен», «Я хуже других»);

повышенная слезливость, плаксивость;

возбуждение, агрессия, ненависть к себе либо окружающим.

Вы можете заметить такие проявления как: фиксация на переживаниях, событиях, приведших к кризисному состоянию; невозможность переключиться на позитивные события; негативные оценки своей личности, окружающего мира и будущего («Пряча все внутри я превратилась в злое создание», «Я устала», «Простите, что я родилась такой», «Я хочу опять стать ребенком, чтобы меня любили и гладили»); снижение познавательных функций («Я не могу запоминать, я не могу понять тексты, я часто отвлекаюсь на занятиях»).

Можете слышать высказывания на тему соматических жалоб: «Мне часто становится трудно дышать». «Болит сердце». «Помогите мне». «Я устала»; косвенные высказывания: «Скоро все закончится», «Ничего уже не важно», «Без меня всем будет лучше» и т.д. Возможны шутки, ироничные высказывания на тему смерти и суицида, похорон; так же прямые сообщения о суицидальных намерениях, сообщения о конкретном плане суицида («Возьму и повешусь»).

Изменяется поведение, оно становится несвойственным для данного ребенка.

Наблюдается резкое, тотальное снижение успеваемости, утрата интереса к обучению, сопровождающееся жалобами на отсутствие настроения, нежелание что-либо делать, отсутствие сил;

- ✓ потеря интереса к областям жизни, которые раньше радовали данного человека (отказ от занятий спортом, потеря хобби и т. д);
- ✓ изменение интересов: интерес к депрессивной музыке, кинофильмам, субкультурам, эксплуатирующим тему смерти, депрессии, суицида;
- ✓ изменение привычек (пренебрежение внешним видом, неряшливость и др.);
- ✓ проявление девиантного поведения (употребление ПАВ, курение, уходы из дома, склонность к рискованным поступкам, нарушения дисциплины, агрессивное, аутоагрессивное, самоповреждающее поведение – селфхарминг).

Особое беспокойство и особое внимание – к поисковым запросам в сети Интернет на тему смерти, суицида, способам совершения самоубийства. Так же ритуалам прощания (удаление своих аккаунтов, электронной почты, страниц в социальных сетях, удаление себя из списка друзей «ВКонтакте», уход из групп в сети Интернет; рассылки прощальных записок, раздача вещей).

Если Вы заподозрили, что с настроением ребенка что-то не так, он в течение длительного времени находится в угнетенном состоянии (внимание: часто состояние депрессии у подростка может внешне быть замаскировано под то, что многие родители воспринимают как лень), немедленно обращайтесь за помощью к специалистам.

За очной консультацией можете обратиться к специалистам (педагогу-

психологу, медицинскому психологу, психотерапевту, психиатру). Если не удастся уговорить ребенка пойти на прием к специалисту, для начала посетите специалиста без него. При состоянии депрессии психолог может порекомендовать консультацию психиатра, этого не стоит бояться. Депрессия – заболевание, которое необходимо лечить.

Так же всегда есть возможность обратиться за помощью в службу «Телефон доверия» - 8-800-2000-122. Звонок бесплатный, анонимный.

Возможно, Вы стесняетесь задать вопрос или еще не готовы к доверительному общению по телефону. Вам в помощь – сайт Детского телефона доверия <https://telefon-doveria.ru/>. На его страничках вы сможете найти ответы на многие волнующие вопросы. Открыв нужную вкладку, вы узнаете много интересной и полезной информации. Так же здесь есть возможность пообщаться с психологом в онлайн-чате.

Да, родителю вообще, а в особенности родителю подростка всегда нужно держать «руку на пульсе». Будьте внимательны к своим «взрослым» детям, дайте понять, что вы здесь, вместе с ними и готовы помочь.

Разговаривайте с вашими детьми, создайте «подушку безопасности», обозначив примерно так: «Я рядом, если что-то захочется обсудить», «Я рад любым разговорам с тобой».

Умейте слушать и слышать своего ребенка. Если он хочет вам что-то рассказать, всегда относитесь к этому серьезно. Фразы типа «мне не до твоей ерунды», «давай по делу», «мне бы твои трудности» сильно обесценивают переживания подростка. Даже если его проблемы вам кажутся наивными — они важны для него. Дайте понять, что они важны и для вас. Для этого задавайте больше открытых вопросов: «И как ты это воспринял? А что ты почувствовал в этот момент? Какие есть идеи по этому поводу? Что можно сделать в этой ситуации?»

Чаще задавайте себе вопросы: сколько времени мы проводим вместе? есть ли у нас общие интересы, совместные дела, традиции? соблюдается ли в семье единый формат требований к ребенку (не должно быть коалиций, когда один родитель поощряет, второй родитель наказывает).

Делитесь своими чувствами. Вас тревожит поведение подростка, вы за него волнуетесь, так скажите ему об этом в форме я-высказывания, например, вместо фразы: «Ты мне назло приходишь поздно домой», можно сказать: «Когда ты возвращаешься поздно, заранее не предупредив, я чувствую тревогу, злюсь. Мне кажется, что с тобой случилось что-то ужасное. Я хочу, чтобы ты приходил домой вовремя, и, если задерживаешься, то предупреждал бы заранее. Я надеюсь, что ты учтешь мое пожелание».

Участникам предлагается переформулировать провоцирующие к агрессии высказывания в варианты в формате «Я – высказывания», соответственно схеме: описание ситуации – какие чувства она вызывает – предполагаемый исход.

Варианты фраз для переформулирования

«Ты – высказывание»	«Я – высказывание»
Ты опять раскидал свои вещи!	Когда я вижу беспорядок, я огорчаюсь, убери пожалуйста!
Вечно ты сидишь за компьютером!	Меня беспокоит, что ты всё время в компьютере, пойдём прогуляемся
Никогда от тебя помощи не дождёшься!	Когда игнорируют мои просьбы о помощи, я чувствую себя пустым местом, помоги мне пожалуйста
Вечно ты пререкаешься!	Когда мне противоречат, я раздражаюсь, мне хотелось бы чтобы к моим словам относились более серьёзно
Зачем тебе телефон! Ты всё равно его не слышишь!	Я волнуюсь, когда ты не берёшь трубку, проверяй телефон чаще
Что ты вырядилась, как не знаю кто...	Я в недоумении от твоего внешнего вида, на мой взгляд, тебе больше идет
Ты меня никогда не слушаешь	Когда меня не слушают, мне неприятно, ведь я говорю достаточно важные вещи. Пожалуйста, будь внимательнее к моим словам
Ты все делаешь мне назло	Когда с моим мнением не считаются – это обидно, мне важно, чтобы моё мнение учитывали

Важно помнить, что невозможно всегда находиться рядом с детьми и постоянно их контролировать. Доверительные отношения, открытый и доброжелательный диалог зачастую могут выступать более эффективными средствами для обеспечения безопасности вашего ребенка, чем постоянное отслеживание посещаемых сайтов и блокировка всевозможного контента.

Типовой сценарий родительского собрания
«Почему дети не рассказывают о насилии или как понять,
что с ребенком это происходит»
(для родителей (законных представителей) обучающихся 5–9 классов
общеобразовательных организаций)

Термин «домогательства» в целом не очень применим к таким ситуациям, корректнее будет назвать это развратными действиями в отношении детей. Демонстрация порнографии или половых органов ребёнку, нежелательные прикосновения, принуждение к раздеванию и прочее – это всё формы сексуализированного насилия против детей.

Причины молчать о таком могут быть разными, во многом они зависят от того, что преступник внушает ребёнку. Можно выделить две возможные стратегии, которыми преступники пользуются, чтобы совершать домогательства и другие формы сексуализированного насилия против ребёнка максимально безопасно для себя.

1. Выстраивание доверительных отношений, груминг. Придерживаясь этой стратегии, взрослый постепенно «обхаживает» ребёнка, втирается к нему в доверие, подчёркивает особенность ребёнка и всячески демонстрирует, что он лучше других взрослых и заслуживает особенного доверия.

Под видом игры или заботы взрослый может нарушать личные границы ребёнка, злоупотребляя доверием

Ребёнку в силу возрастных особенностей в целом сложнее распознать подобные действия как сексуализированное насилие, так как до сих пор по этому поводу не сформированы нормы и нет словаря для описания происходящего.

Это всё играет на руку злонамеренным взрослым. Ребёнку внушают, будто происходящее – это общий секрет, о котором никому нельзя рассказывать, с ребенка, как правило, берут обещание хранить эту «общую тайну». Дети могут интуитивно чувствовать, что это неправильно, но им может быть сложно назвать это насилием и решиться рассказать кому-либо о пережитом.

Когда ребёнок начинает осознавать, что над ним совершили насилие, преступник может сменить стратегию на следующую.

2. Удержание и контроль. В этом случае взрослый обычно внушает детям, что если они расскажут о произошедшем, то всё станет ещё хуже. Например, что об этом узнают все (учителя, одноклассники, родственники), не поверят или обвинят в произошедшем, накажут. Агрессор также может угрожать ребёнку или его близким в случае, если он расскажет кому-либо.

Взрослый может внушать чувство вины ребёнку: что он такой особенный и красивый, что взрослый «не удержался», что ребёнок «провоцировал» его.

Если до этого был этап выстраивания доверительных отношений, то здесь взрослый может активно навязывать ребёнку чувство вины («Ты хочешь, чтобы меня посадили?», «Ты же не хочешь расстраивать маму?»). Ни один ребёнок не хочет расстроить маму — детям страшно подумать, как могут отреагировать их родители, им не хочется их беспокоить, и они молчат. Если ещё на этапе доверительных отношений ребёнок поделился с преступником своими секретами, взрослый может шантажировать его и этим тоже.

Есть также дополнительные факторы, которые мешают детям рассказать о произошедшем близким.

Дети могут считать себя виноватыми в действиях преступника. И думать, что надо было как-то иначе реагировать или рассказать другим с самого начала.

Ещё бывают ситуации, когда ребёнок испытал «смешанные» ощущения (например, при дискордантном возбуждении) и это пугает. После этого у ребёнка могут возникнуть мысли, что с ним что-то не так, раз тело дало такую реакцию, предало его. Ему может быть стыдно обращаться за помощью, может казаться, что он её не достоин.

Может не быть навыка рассказывать о своих сложностях родителям. Если родители обычно слишком заняты, чтобы выслушать ребёнка, или просят, чтобы он подходил к ним только с чем-то «важным», то у ребёнка не формируется понимание того, как отделить «важное» от «ерунды», он привыкает не делиться своими трудностями и волнениями с родителями.

Ребёнок думает, что только с ним такое произошло и, следовательно, это с ним что-то не так. Это ведёт к переживанию одиночества, изолированности

ребёнка от других.

Правда ли, что мальчики реже девочек рассказывают о насилии.

Есть статистика о том, что девочки подвергаются сексуализированному насилию (в которое входят домогательства) чаще, чем мальчики. Достоверные статистические данные о том, что мальчики сообщают о насилии реже, чем девочки, нет возможности представить.

Сексуализированное насилие над детьми в 99% случаев совершают мужчины. При этом сексуальная ориентация преступника здесь не играет никакой роли и, вопреки распространённому мифу, оснований для постановки психиатрического диагноза «педофилия» там тоже чаще всего нет. Насильник выбирает не столько жертву, сколько условия – ищет самый безопасный для себя вариант. Часто выбор падает на детей, ведь им сложнее распознать насилие и у них меньше ресурсов, чтобы дать отпор или обратиться за помощью. И тут как мальчики, так и девочки одинаково уязвимы.

В подростковом возрасте ситуация несколько меняется, у насилия появляются гендерные аспекты.

Девочки действительно чаще сталкиваются с домогательствами в этом возрасте, некоторые виды домогательств в целом очень распространены (можно ли найти девушку, которой ни разу не свистели на улице и не задавали неуместных вопросов об интимной жизни?). При этом мальчики тоже могут столкнуться с домогательствами, для них это не менее болезненный опыт.

Большую часть сексуализированного насилия над мальчиками или мужчинами совершают другие мужчины, в сознании большинства людей такой сценарий невозможен или унизителен для пострадавшего. Из-за подобных установок домогательства в отношении мальчиков в целом менее ожидаемы, их сложнее заметить и подросткам, и окружающим их взрослым. Мальчики могут столкнуться с чувством стыда из-за того, что до них домогался мужчина, им может быть сложно осознать, что в их отношении тоже возможны такие действия. Всё это может мешать мальчикам-подросткам обратиться за помощью, довериться кому-либо.

Может ли поведение ребенка говорить о случившемся насилии.

Нет единого набора признаков, по которым можно распознать, что ребёнок подвергся домогательствам или другим формам сексуализированного насилия. Но мы можем выделить то, на что стоит обратить внимание:

Внезапные перемены в поведении. Например, ребёнок вдруг замкнулся в себе или, наоборот, стал очень общительным. Резкие изменения в успеваемости, в стиле, в активности или выражении эмоций — это всё может быть реакцией психики на насилие, следствием травматизации или способом адаптации после произошедшего.

Ребёнок стал напрягаться при физическом контакте (если раньше такого не было).

Он отказывается куда-то ходить, «капризничает». Резкое нежелание идти в образовательную организацию или ехать в гости к родственникам нередко воспринимается родителями как бунтарство, лень или капризы. Но такое нежелание может быть попыткой обезопасить себя, прекратить взаимодействие с насильником.

У детей младшего возраста опыт домогательств может выражаться через сексуализированное поведение: соответствующие сюжеты в играх, повышенный интерес ко «взрослым» темам. Они также могут выражать свои переживания или опыт в рисунках.

Как вести себя, если ребенок дает понять: с ним происходит что-то страшное

Сохраняйте спокойствие. Часто дети боятся рассказать о произошедшем, потому что беспокоятся из-за того, как это могут воспринять родители. Постарайтесь сдерживать эмоции в разговоре с ребёнком: это может напугать его. Будьте рядом, дайте ему возможность поделиться, выслушайте.

Не давите. Ребёнка заставляли делать то, чего он делать не хотел. Часто пострадавшими от насилия любое давление извне воспринимается как его продолжение. Покажите ребёнку, что вы цените его границы и уважаете его выбор.

Помните: ребёнок не виноват. Взрослый человек нарушил закон, выбрал насилие. Ваш ребёнок пострадал, ему нужна поддержка и помощь.

Обеспечьте безопасное пространство, свободное от критики, оценки, угрозы наказания

Признайте произошедшее. То, что тот взрослый сделал, – это неправильно. Лучше называть вещи своими именами, чтобы у ребёнка было представление о том, что произошло – это насилие и с ним так нельзя.

Поощрите рассказ ребёнка и выразите благодарность за доверие. Обратиться за помощью бывает очень нелегко, и вашему ребёнку потребовались большая смелость и силы, чтобы решиться рассказать вам о произошедшем. Покажите, что вы цените этот шаг (например, можно сказать: «Всё, что ты рассказала, важно»), похвалите ребёнка за смелость и подчеркните, что он всё сделал правильно.

Отнеситесь к себе с заботой и пониманием. Это шокирующая информация, и растеряться тут вполне нормально. Но важно помнить: если у значимых взрослых будет достаточно сил, то и восстановление ребёнка будет легче.

Опыт сексуализированного насилия ребёнка – это тяжёлые переживания для всей семьи. Обращайте внимание на своё эмоциональное самочувствие, поделитесь своими переживаниями с близкими людьми или специалистами. Вы тоже имеете право на поддержку и помощь.

При принятии решения об обращении в правоохранительные органы и вообще каком-то выносе информации о пережитом насилии за пределы семьи важно учитывать мнение пострадавшего ребёнка. Конечно, это непростое решение и универсального ответа для всех здесь быть не может.

Можно ориентироваться на возраст 10 лет: именно с этого момента суды принимают во внимание мнение детей

Как минимум с ребёнком любого возраста нужно будет обсудить возможные действия взрослых (подача заявления или разрыв отношений с насильником, например, если это был родственник). С ребёнком постарше уже можно не только проговорить ситуацию и ваши действия, но и спросить его мнения, чего он хочет. Взрослые, которые стараются защитить ребёнка и помочь, должны ориентироваться не только на возраст ребёнка, но и учитывать его личные особенности.

Что можно сделать со своей стороны для профилактики таких ситуаций?

Как сделать так, чтобы ребёнку было проще рассказать о домогательствах в том случае, если они всё-таки произойдут?

Совершить насилие над ребёнком – это выбор агрессора, и, к сожалению, мы не можем контролировать ситуацию с этой стороны. Но можно создать условия, в которых недобросовестному взрослому будет сложнее воспользоваться ребёнком и заставить его молчать об этом. Научить ребёнка замечать, если что-то не так, доверять своим ощущениям и интуиции, дать ему чувство уверенности, что он имеет право на телесную неприкосновенность и может обращаться за помощью к близким.

Первое, что вы можете сделать для безопасности своего ребёнка, – это строить доверительные и позитивные отношения с ним:

Слушать (и слышать) ребенка.

Дать ребенку право и научить говорить «нет» (особенно когда речь идёт о телесном дискомфорте).

Интересоваться его мнением.

Проводить время вместе с ребёнком. Одобрять его деятельность.

Обнимать ребёнка (но только если он этого хочет).

Вы также можете научить его основным *правилам сексуальной безопасности*:

Тело вашего ребёнка принадлежит только ему, он имеет право отказываться от объятий и других телесных взаимодействий, если не хочет их.

Пусть у ребёнка будет конкретный список взрослых, к которым он может обращаться с любыми вопросами и проблемами без страха, что его осудят.

Ребёнок не обязан беспрекословно слушаться взрослых, особенно если их просьбы вызывают неприязнь или причиняют вред. Обсудите с ребёнком, чтобы он всегда мог выражать своё недовольство происходящим и рассказать об этом взрослым, которым доверяет.

Правило купальника. То, что закрывает купальник, — это интимные части тела. Обучите ребёнка тому, как они называются, и поговорите с ним о том, что никто, кроме родителя и врача, не имеет права трогать эти места.

Типовой сценарий родительского собрания
«Из личного – в публичное: «секстинг» и «грумминг»
(для родителей (законных представителей) обучающихся 10–11 классов
общеобразовательных организаций)

В настоящее время смартфоны для детей и подростков – это ключевой инструмент социальной жизни. Даже дошкольники имеют свободный доступ к различным гаджетам, смотрят видео на платформе YouTube, общаются с помощью мобильных мессенджеров (Viber, Telegram, WhatsApp, Skype и др.).

Онлайн – жизнь для современных детей служит естественным продолжением жизни в реальности, при этом онлайн-общение для многих становится более важным и значимым. В связи с этим, родителям важно знать, какую опасность может таить в себе общение в сети Интернет?

Ввиду того, что, интернет очень доступен, дети сегодня подвержены тому, что могут свободно получить сексуально откровенный контент, а в отдельных случаях даже проявлять собственную инициативу в его изготовлении и распространении. В 2009 году появился в обиходе новый термин – сэкстинг (англ. sexting), он обозначает пересылку сообщений сексуального характера с помощью любого цифрового устройства. Распространенность секстинга среди несовершеннолетних является предметом обоснованных родительских тревог.

Целью распространения детского фото-видео контента, зачастую, является желание «подшутить», привлечь внимание и досадить кому-либо.

Фотографии, которые попадают в сеть в ней и остаются, и могут быть очень быстро распространены. Ребенок может полагать, что он будет оставаться неизвестным, а затем обнаруживает, что его фото распространились с его именем. Иногда это может иметь серьезные последствия. Одни случаи способны закончиться серьезным наказанием, другие – трагедией.

К сожалению, сами дети, порой, не видят ничего плохого в размещении своих откровенных фотографий. Мальчики желают получить максимальное признание среди друзей, а девочки — среди мальчиков. Поэтому чаще всего это именно мальчики оказывают давление на девочек, уговаривая их прислать свои откровенные фото, с целью дальнейшего предъявления ребятам своего окружения, как доказательство собственной «крутости». В ином случае, ребята под разным

предлогом просят присылать откровенные фотографии, а в дальнейшем могут использовать это как инструмент буллинга («буллинг» – это один из видов насилия, предполагающий агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны другого или целой группы, «кибербуллинг» – это травля с помощью современных интернет-технологий).

Фотографии и видео, отправленные в частном порядке, имеют риск стать доступными и другим людям, даже если используются приложения, которые обещают конфиденциальность и гарантируют, что изображения будут удалены через некоторое время.

Как только картинки отправляются, они оставляют так называемый цифровой след, особенно в Интернете. Их невозможно вернуть. Удаление сообщения не является гарантией того, что оно уже не получено, скопировано и отправлено другим пользователям.

Секстинг в некоторых странах считается детской порнографией, то есть уголовным преступлением. Наказать могут как подростка, который отправляет или получает эротические сообщения, так и родителей, позволяющих и допускающих это. Самая негативная сторона секстинга кроется в том, что подростки, сами того не осознавая, могут спровоцировать педофилов на преступные действия. Кроме того, согласно некоторым исследованиям, к секстингу можно пристраститься как к наркотику.

Что такое груминг? Также нужно отметить и еще одну существующую угрозу – груминг. Это формирование доверительных отношений с ребенком с целью его сексуальной эксплуатации/сексуального насилия. Онлайн – груминг преследует цель - получить интимные фото/видео ребенка для последующего шантажа и вымогательства у него денег или более интимных материалов, встреч.

К сожалению, такие преступления не имеют границ – преступник и жертва могут находиться на разных континентах, часто работают целые группировки. Зачастую знакомятся с ребенком в социальных сетях или в чатах онлайн игр. Могут делать рассылку писем или приглашений к дружбе сотням детей и ждут, кто ответит или же выбирают целенаправленно жертву – ребенка по постам и профилю, которого ясно, что он одинок и ему не хватает внимания и заботы или у ребенка на

странице в социальных сетях находят откровенные тексты/фото сексуального характера. Предполагаемый преступник (для ребенка друг, знакомый – собеседник) регистрируется в сети, где зарегистрирована потенциальная жертва под видом подростка, при этом указывая интересы, хобби и увлечения близкие тому, с кем желает установить контакт. В дальнейшем старается выйти на связь, установить личный контакт, заинтересовать и расположить к себе. Коммуникация может продолжаться от одного вечера до нескольких недель, прежде чем будет получено первое фото. Важно, чтобы любой ребенок, пользующийся Интернетом, знал о секстинге/грумминге, но родители часто переживают и не знают, как говорить об этом, не знают как просветить и защитить его.

Фото-видео контент, полученный от ребенка, эти люди продают на сайтах детской порнографии, а в дальнейшем в качестве дополнительного заработка вымогают деньги у детей, шантажируя тем, что эти фото попадут на просторы интернета, либо напрямую его друзьям, родителям и одноклассникам. Однако есть и люди, которые требуют эти фото для личного удовлетворения и также могут обещать, в том числе, и денежное вознаграждение за это. Важно говорить об этом с детьми, нужно учить их грамотному и безопасному поведению в сети!

Родителю абсолютно необходимо в доверительной беседе, на языке, соответствующем возрасту ребенка, рассказать об опасных незнакомцах в интернет – пространстве, о рисках общения с неизвестными людьми. Убедить, что не стоит общаться с незнакомцами онлайн и соглашаться на приватный чат. Если кто-то отправляет им сообщение или пытается выйти в чат, они обязательно должны поставить вас в известность, также как, если бы чужой человек подошел к ним на улице, в магазине или в парке. Потому важно строить доверительные отношения со своим ребенком, чтобы он знал, что всегда может поделиться и признаться вам, и вы вместе найдете решение и справитесь с возникшей ситуацией. Дети должны быть образованы. Остерегайтесь онлайн игр, где они могут играть с незнакомцами! Старайтесь проявлять интерес и понимание игрового пространства, тогда больше вероятности, что вы будете информированы о тех, с кем и во что играет ваш ребенок.

Поговорите об информации, которую он «выдает» о себе людям, общаясь

в Интернете. Объясните ребенку, что не нужно называть свое полное имя, домашний адрес, электронную почту, номер телефона или номер школы людям, которых не знает в реальной жизни. Убедись, что никнейм ваших детей не намекает на то, как их зовут на самом деле. Объясните, что все, что они выкладывают онлайн — имя пользователя, фотографии или комментарии, — это подсказки, которые воссоздают их образ, поэтому люди могут их узнать. Если бы к вашему ребенку на игровой площадке подошел незнакомец и спросил его имя или адрес, ваш сын или дочь скорее всего бы не выдали эту информацию, а в виртуальном мире такое случается довольно часто.

Крайне важно разговаривать со своим ребенком и всегда быть начеку. Просите показать вам сайты, на которые заходит, когда пользуется Интернетом. Объясните, что когда он находится онлайн, ему нужно действовать, как детективу и думать. Откуда он знает, что человек действительно того возраста, который назвал? Что он знает об этом человеке? Видел ли он когда-либо его фотографию? Уверен ли, что эта фотография настоящая? Объясните ребенку, что виртуальное пространство совсем не похоже на реальный мир и нельзя принимать все за чистую монету. В обычной жизни мы знаем, как выглядят учитель, врач или полицейский. Мы видим, где они работают и какую форму носят.

Большинство детей интуитивно знают, что не стоит отправлять кому-либо непристойные фотографии, но потом они начинают общаться в чате с другим ребенком и принимают такую просьбу за близость, вызов или игру. Они действуют, не думая о последствиях.

Что должно насторожить или как понять, что ваш ребенок подвержен грумингу?

- Ваш ребенок кажется встревоженным, плаксивым, угрюмым. У него случаются сильные перепады настроения;
- Он злится или ведет себя слишком возбужденно;
- Он отказывается ходить в школу;
- Что-то изменилось в его дружеских отношениях, он больше не упоминает каких-то друзей;
- Изменилось то, как он ест и спит;

- Он скрывает, чем занимается в сети, больше чем обычно. Он не пользуется телефоном или компьютером, когда в комнате есть другие люди;
- Он проводит больше времени онлайн.

Как защитить ребенка в социальных сетях?

- Приучите его сразу сообщать вам, если его что-то смущает. Активно приучайте его к открытости и проговариванию.
- Используйте настройки безопасности. Они не спасут от всего на свете, но они помогают. Изучите, как работают настройки безопасности в социальной сети, которой пользуется ваш ребенок, и научите его, как делать записи и публикации приватными или открытыми. Закройте его аккаунты в социальных сетях, чтобы фотографии и посты могли видеть только люди, которых он добавляет в друзья. Регулярно проверяйте настройки безопасности.
- Когда ребенок подрастет, научите его блокировать непонятных и неприятных пользователей и «жаловаться» на них.
- Если у ребенка есть аккаунт в социальных сетях, у родителей должен быть к нему доступ, чтобы корректно следить за публикациями и комментариями. Хорошо бы быть подписанным на его страничку, чтобы следить за тем, что попадает в сеть.
- Проведите беседу с ребенком, прежде чем он попадет в социальные сети, и предложите ему свои правила, которые вам будут удобны. Некоторые родители настаивают на том, чтобы ребенок показывал им пост до публикации или заходил в социальные сети только с их телефона, чтобы они могли внимательно отслеживать любую его активность.
- Поговорите с ребенком о безопасности в сети. Маленькие дети не должны называть свое полное имя, номер школы, домашний или электронный адрес людям, которых они не знают.
- Дети должны давать доступ к своим страничкам в социальных сетях исключительно тем людям, которых они знают в реальной жизни.
- Приучите своих детей задумываться, прежде чем что-то опубликовать. Попросите их представить, смогли бы они сказать это человеку в лицо. Если нет, они не должны говорить это и в виртуальном мире.

- Пусть они сообщают вам о своем положительном и негативном опыте общения в сети. Если они увидели или прочитали что-то неприятное, они должны сразу обратиться к вам, не боясь и не стесняясь.
- Вдумчиво и корректно контролируйте, чем занимается ваш ребенок в сети. Установите ограничения на их гаджетах, чтобы они не могли добраться до неподходящего контента. Откровенный разговор с ребенком об интимной переписке в соцсетях – дело непростое, но нужное. Отключить ребенка от «всемирного разума» вы уже не сможете, а вот привить правила безопасного и разумного поведения можете и должны!

Алгоритм для родителя «Первая помощь ребенку в случае встречи с секстингом/грумингом»:

1. Взять под контроль свои собственные эмоции. Осознать, что ситуация требует Вашего вмешательства и помощи.
2. Помочь ребенку рассказать о случившемся, не допуская оценок, осуждений и обвинений, обеспечив активное слушание, принятие его эмоционального состояния.
3. Объяснить без запугивания, что есть разные люди, в том числе и очень плохие, которые обманывают детей и могут быть опасными. Отвечая на вопросы, важно давать повторные объяснения ситуации и понятную (с учетом возраста) информацию.
4. Объяснить ребенку, что он не является причиной произошедшей ситуации, выразить готовность и уверенность защитить его от злоумышленников и научить способам безопасного поведения в сети, не допуская подобных рисков вновь.
5. Убедить в возможности технических мер по изменению ситуации и произвести их (удаление контента, блокировка).
6. Быть вместе с ребенком, составить план защиты, действий на ближайшие часы, дни. Следовать плану и договоренностям.
7. Обратиться за консультацией в службу безопасности, при необходимости.
8. Обратиться за психологической помощью, при необходимости.

«РАССКАЗЫ ДЛЯ МАЛЕНЬКИХ»

(рекомендации родителям (законным представителям) обучающихся 1–4 классов общеобразовательных организаций для совместного чтения и обсуждения прочитанного)

Красная машина

Асель с Маратом играли во дворе дома. Вдруг из-за угла выехала очень красивая красная машина и остановилась около детей. Асель очень хотела потрогать ее и посмотреть, что же там внутри, но она боялась, что хозяин будет ругать ее, если она подойдет поближе. И вдруг из машины вышел мужчина. Он широко улыбнулся ей и спросил, не хочет ли она покататься. У Асель от радости перехватило дыхание. Она бросила игрушки и подбежала к машине, но Марат догнал ее, схватил за руку и потащил домой. Дома мама похвалила Марата, а Асели сказала, что она никогда не должна подходить к чужим машинам, а тем более садиться в них. Почему мама похвалила Марата? Почему нельзя садиться в чужие машины?

Мороженое

Мама с Колей гуляли по городу. Было очень жарко и хотелось мороженого. Коля ныл всю дорогу, но мама сказала, что у него недавно была ангина, и мороженое ему нельзя. Но Коле очень хотелось мороженого. Он даже обиделся на маму: «Подумаешь ангина, - думал Коля, - уже нет никакой ангины».

Наконец они пришли в парк и остановились около детской площадки.

Коля побежал играть, а мама отошла в сторонку и поглядывала за ним.

Вдруг к Коле подошла незнакомая женщина, в руке она держала заветное мороженое. Она огляделась по сторонам и подозвала Колю: «Эй, мальчик, хочешь мороженое?» «Хочу», - ответил Коля. «Ну, тогда пойдем со мной», - позвала она. Коля с радостью подбежал и взял ее за руку. Но в это время подошла мама. А женщина стала быстро уходить. «Никогда не подходи к чужим людям, даже если они предлагают тебе что-нибудь вкусное», - сказала она. Почему мама так сказала?

Лифт

Света играла во дворе дома. Она давно уже хотела кушать, но ей не хотелось подниматься на 5 этаж, а мама не разрешала ей одной ездить в лифте. Наконец Света решила пойти домой. Она пошла в подъезд и подошла к лифту. В лифте стоял мужчина, он сказал, что ждет ее, и спросил, на какой ей этаж, но Света вспомнила слова мамы и сказала, что передумала ехать. Она вернулась на улицу. Через несколько минут к дому подошла тетя Таня, которая жила на этаж выше, и Света поехала в лифте с ней. Мама похвалила Свету. Почему мама похвалила Свету?

В лагере

Вечером все отдыхали. Младшие дети смотрели телевизор. Старшие занимались своими делами. Погода была чудесная, и Наташа с Наргизой решили прогуляться. На дворе ярко светила луна, и было совсем не страшно. Девочки болтали о чем-то своем, когда к ним подошли двое парней. Они были чужие, не из лагеря. Парни оказались пьяными и стали звать их погулять подалее. Наташа строго сказала, что им не разрешают выходить за ворота. Но один из парней рассмеялся и стал тащить ее к воротам. Наргиза не растерялась. Она стала громко звать детей и воспитателей. На шум бегом прибежали все, кто услышал ее голос. Тащивший Наташу бросил ее руку, и через минуту оба исчезли. Правильно ли сделала Наргиза, что стала кричать? Нужно ли звать на помощь взрослых, если вы сами не можете справиться с ситуацией?

«Признаки сексуального насилия у детей и подростков»
(памятка для родителей)

Сексуальное насилие или развращение есть вовлечение ребенка с его согласия или без такового в сексуальные действия со взрослыми с целью получения последними сексуального удовлетворения или выгоды.

К данному виду насилия относятся:

половой акт с ребенком;

мануальный, оральный, генитальный или любой другой телесный контакт с половыми органами ребенка;

введение предметов в половые органы ребенка;

сексуальная эксплуатация ребенка для порнографических целей или вовлечение в проституцию;

демонстрация эротических или порнографических материалов с целью сексуальной стимуляции ребенка;

совершение полового акта в присутствии ребенка;

демонстрация обнаженных гениталий, груди или ягодиц ребенку (экстибиционизм);

подглядывание за ребенком во время совершения им интимных процедур (вуайеризм), а также принуждение ребенка к раздеванию.

Согласие ребенка на сексуальный контакт не дает оснований считать его ненасильственным, поскольку ребенок:

не обладает свободой воли, находясь в зависимости от взрослого;

может не осознавать значение сексуальных действий в силу функциональной незрелости;

не в состоянии в полной мере предвидеть все негативные для него последствия этих действий.

Сексуальное насилие чаще всего происходит в семьях, где:

патриархально-авторитарный уклад;

плохие взаимоотношения ребенка с родителями, особенно с матерью;

конфликтные отношения между родителями;

мать ребенка чрезмерно занята на работе;

ребенок долгое время жил без родного отца;

вместо родного отца - отчим или сожитель матери;

мать имеет хроническое заболевание или инвалидность и подолгу лежит в больнице;

родители (или один из них) являются алкоголиками, наркоманами, токсикоманами;

родители (или один из них) имеют психические заболевания;

мать в детстве подвергалась сексуальному насилию и т.п.

В случае сексуального насилия или действий сексуального характера изменения могут произойти как в поведении ребенка, так и в его физическом и психологическом состоянии.

Физические признаки:

Оральные симптомы: экзема, дерматит, герпес на лице, губах, в ротовой полости, кроме этого, может быть отказ от еды (анорексия) или, наоборот, переедание (булимия).

Анальные симптомы: повреждения в прямой кишке, покраснение ануса, варикозные изменения, ослабление сфинктера, запоры.

Вагинальные симптомы:

нарушение девственной плевы,

расширение влагалища, свежие повреждения (раны, ссадины), сопутствующие инфекции.

Кроме этого, признаками сексуального насилия над ребенком являются:

порванное, запачканное или окровавленное нижнее белье;

гематомы (синяки) в области половых органов;

кровотечения, необъяснимые выделения из половых органов;

гематомы и укусы на груди, ягодицах, ногах, нижней части живота, бедрах;

боль в нижней части живота;

повторяющиеся воспаления мочеиспускательных путей;

болезни, передающиеся половым путем;
беременность.

Изменения в поведении:

Изменения в выражении сексуальности ребенка:

чрезвычайный интерес к играм сексуального содержания;
поразительные для этого возраста знания о сексуальной жизни;
соблазняющее, особо завлекающее поведение по отношению к противоположному полу и взрослым;
сексуальные действия с другими детьми (начиная с младшего школьного возраста);
необычная сексуальная активность: сексуальное использование младших детей;
мастурбация (начиная с дошкольного возраста),
отирание половых органов о тело взрослого.

Изменения в эмоциональном состоянии и общении ребенка:

замкнутость, изоляция, уход в себя;
депрессивность, грустное настроение;
отвращение, стыд, вина, недоверие, чувство испорченности;
частая задумчивость, отстраненность (встречается у детей и подростков, начиная с дошкольного возраста);
истерическое поведение, быстрая потеря самоконтроля;
трудности в общении с ровесниками, избегание общения с ними, отсутствие друзей своего возраста или отказ от общения с прежними друзьями;
отчуждение от братьев и сестер;
терроризирование младших и детей своего возраста;
жестокость по отношению к игрушкам (у младших детей);
амбивалентные чувства к взрослым (начиная с младшего школьного возраста).

Изменения личности и мотивации ребенка, социальные признаки:

неспособность защитить себя, непротивление насилию и издевательствам над собой, смирение;

резкое изменение успеваемости (хуже или гораздо лучше);

прогулы в школе, отказ и уклонение от обучения, посещения учреждения дополнительного образования, спортивной секции;

принятие на себя родительской роли в семье (по приготовлению еды, стирке, мытью, уходу за младшими и их воспитанию);

отрицание традиций своей семьи вследствие несформированности социальных ролей и своей роли в ней, вплоть до ухода из дома (характерно для подростков).

Изменения самосознания ребенка:

падение самооценки;

мысли о самоубийстве, попытки самоубийства.

Появление невротических и психосоматических симптомов:

боязнь оставаться в помещении наедине с определенным человеком;

боязнь раздеваться (например, может категорически отказаться от участия в занятиях физкультурой или плаванием, или снимать нижнее белье во время медицинского осмотра).

Конечно, выявив у ребенка какой-либо из этих признаков, не стоит сразу подозревать насилие, но если они присутствуют в комплексе, на такого ребенка стоит обратить внимание и деликатно расспросить его о том, что происходит в его жизни. Если же ваши опасения подтвердились, то необходимо сразу же сообщить о преступлении в органы внутренних дел, а ребенку должна быть оказана профессиональная психологическая, медицинская и иная помощь. Если же помощь не оказана вовремя, ребенок остается один на один со своей проблемой. Психологические травмы детства оказывают сильное влияние на всю последующую жизнь человека, формирование его характера, будущую сексуальную жизнь, психическое и физическое здоровье, на адаптацию в обществе в целом.

«Особенности психического состояния и поведения ребенка-жертвы сексуального насилия»
(памятка для родителей)

Дети младшего возраста:

резкое ухудшение успеваемости;

невозможность сосредоточиться; несвойственные возрасту знания в половых вопросах, сексуально окрашенное поведение;

гнев, агрессивное поведение;

ухудшение взаимоотношений со сверстниками и родителями, не являющимися насильниками; деструктивное поведение;

мастурбация.

Действия родителей по предотвращению сексуального насилия по отношению к ребенку.

Сексуальное насилие является преступлением и встречается во всех слоях общества, причем значительно чаще, чем принято считать. Вовлечение ребенка в сексуальные действия, как правило, происходит постепенно, а не является однократным случайным эпизодом. Оно может тянуться годами. Причем насильник всегда значительно старше, сильнее, и жертва находится в зависимости от него. Обеспечение безопасности ребенка во многом связано с предостережением его от необдуманных контактов с посторонними людьми, но этого все-таки может оказаться недостаточно, чтобы избежать сексуального насилия: в 85% случаев сексуальное насилие совершает не посторонний, а человек, которого ребенок знает, зависит от него, доверяет ему или даже любит.

Многие жертвы не рассказывают о перенесенном насилии, пока не станут взрослыми, а некоторые из них не рассказывают никогда.

Рассказать кому-либо о сексуальном насилии трудно для жертвы по многим причинам:

угрозы со стороны насильника;

насильник хорошо знаком ребенку или его родственникам, и ребёнок

может жалеть его;

жертва может считать себя виновной в насилии;

ребенок любит насильника или нуждается в нем;

пострадавший может быть заинтересован в особом внимании, которое ему уделяет насильник;

ребенок не понимает, что то, что с ним делают – плохо;

несовершеннолетний может бояться, что ему не поверят.

Дети должны знать о сексуальном насилии. Все дети по характеру доверчивы и открыты. Их учат быть послушными и не задавать вопросы старшим. Дети зависят от взрослых физически и эмоционально, поэтому им приятно внимание любого взрослого. Эти обстоятельства делают их легкой добычей взрослых насильников, которым зачастую не приходится прибегать к прямому насилию, чтобы добиться своей цели: подарков, хитрости, угроз, авторитета и зависимости ребенка оказывается достаточным.

**«Профилактика преступлений против половой
неприкосновенности несовершеннолетних»
(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 насилия можно, но для этого помогите ребенку усвоить **«Правило пяти «нельзя»**.

«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 подвергался 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.

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 генитальной, анальной областей, в том числе нарушение целостности девственной плевы;

следы спермы на одежде, коже, в области половых органов, бедер;

наличие заболевания, передающегося половым путем, недержание кала («пачкание одежды»), энурез, беременность.

Нежелание общения и неучастие 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 в жестокие игры.

Решайте все проблемы без жестокости, проявляя уважение к детям.

Педофилия в последнее время стала серьезной проблемой. Поэтому надо принять все меры, чтобы защитить хотя бы собственных детей. Как уберечь ребенка от беды? От педофила может пострадать как девочка, так и мальчик. Пол ребенка для него не имеет большого значения.

Жертвой может стать любой ребенок, однако, есть дети, которые попадают в руки насильника чаще, чем другие.

Как ни странно, это послушные дети. У них, как правило, строгие родители, внушающие, что «старшие всегда правы», «ты еще мал, чтоб иметь свое мнение», «главное для тебя - слушаться взрослых». Таким детям педофил предлагает пойти с ним, они не могут ему отказать.

1. **Доверчивые дети.** Педофил может предложить вместе поискать убежавшего котенка, поиграть у него дома в новую компьютерную игру.

2. **Замкнутые, заброшенные, одинокие ребята.** Это не обязательно дети бомжей и пьяниц, просто их родители заняты зарабатыванием денег, и между ними нет теплых, откровенных отношений. За взрослым человеком, оказавшим такому ребенку внимание, он может пойти куда угодно.

3. **Дети, стремящиеся казаться взрослыми.** Девочка, которая красит губы, носит сережки, рано становится на каблуки; мальчик с дорогими часами или престижным мобильным телефоном скорее привлечет внимание педофила. Преступник воспринимает это как послание: хочу испытывать то же, что и взрослые.

4. **Подростки, родители которых пуритански настроены.** Вместо того, чтобы помочь ребенку справиться с пробудившейся сексуальностью, они осуждают

и наказывают его. «Дядя», который поможет сбросить напряжение, становится «лучшим другом».

5. Дети, испытывающие интерес к «блатной» романтике. Бесконечные сериалы про бандитов наводят ребенка на мысль, что настоящие мужчины – это те, которые сидят в тюрьме. Такие ребята могут сами искать себе «друзей из уголовного мира».

Педофилия – страшное явление, но еще хуже, когда детей насилуют близкие родственники. Тогда жизнь превращается в настоящий кошмар. Подобные «семейные» преступления, как правило, растянуты во времени и раскрываются лишь тогда, когда дети решаются на крайние меры: пытаются покончить с собой, убегают из дома. Дети обычно скрывают эти страшные факты потому, что подсознательно считают себя виновными в происходящем. Совратитель уверяет, что тебя перестанут любить, если узнают о случившемся.

Часто дети не могут самостоятельно найти выход из сложившейся ситуации. Что же делать в случаях, когда насилие происходит в семье?

Прежде всего, надо помнить, что у ребенка есть права, которые защищаются законом! Любой ребенок может обратиться в милицию, Следственный комитет, прокуратуру, к Уполномоченному по правам ребенка.

***Это важно помнить родителям!** Уважайте своего ребенка, не делайте сами и не позволяйте другим заставлять ребенка делать что-то против своей воли. Если Ваш ребенок говорит о нездоровом интересе к нему Вашего мужа (сожителя), прислушайтесь к его словам, поговорите с мужем (сожителем), не оставляйте ребенка один на один с ним. Если же отношения зашли слишком далеко, расстаньтесь с этим человеком, ведь нет ничего дороже счастья собственного ребенка.*

Если Вы заметили странность в поведении ребенка, поговорите с ним о том, что его беспокоит.

В разговоре с мальчиком лучше участвовать отцу, без присутствия матери.

Что вы можете сделать, чтоб обезопасить своих детей.

Не оставляйте на улице маленького ребенка без присмотра. Если ваши

дети школьного возраста, пусть они всегда сообщают, где и с кем проводят время. Запретите ребенку гулять в опасных местах, дружить с ребятами, склонными к бродяжничеству, пропуску уроков.

Объясните ребенку правила поведения, когда он остается один на улице либо дома;

Расскажите ребёнку, сто если у него 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;

Необходимо 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.

Будьте внимательны к мужчинам, бесцельно прогуливающимся около подъезда, по школьному двору, возле забора детского сада. Сообщите об этом в полицию. Иногда достаточно участковому проверить документы, как потенциальный преступник исчезает из района. Злоумышленник может находиться за рулем автомобиля, он паркует машину около школы и наблюдает за детьми. Если вы заметили подозрительную машину, запишите номер, запомните ее цвет, марку, зафиксируйте в памяти внешность водителя или пассажира. Сообщите об этом директору образовательной организации.

Предложите ребенку возвращаться с уроков, из кружков и секций в компании одноклассников, если нет возможности встречать его лично. Поддерживайте контакт с воспитателем детского сада, учителем, психологом в детских учреждениях с целью предотвращения совершения преступлений в отношении Вашего ребенка.

Постройте с ребенком теплые, доверительные отношения. Часто в беду попадают именно те дети, которым дома не хватает любви, ласки и понимания.

«Половая неприкосновенность несовершеннолетних»
(памятка для родителей)

Большая медицинская энциклопедия: «Половые извращения могут проявляться в совершении таких суррогатных действий, как обнажение перед незнакомыми лицами (эксгибиционизм), созерцание интимных отношений, половых органов, урикации или дефекации (вуайеризм). В третью группу входят перверсии, при которых половое влечение направлено на лиц «несоответствующего» возраста: детей (педофилия), подростков (эфебофилия) ...».

Большая советская энциклопедия: «Эксгибиционизм (от лат. exhibitio – предъявление, выставление, демонстрация), половое извращение, проявляющееся в публичном обнажении половых органов с целью полового удовлетворения».

Список определений половых извращений гораздо длиннее и самое ужасное, когда подобные преступления совершаются против наших детей. Но мы можем даже не узнать об этом, т.к. дети все воспринимают по-своему и не всегда рассказывают взрослым то, что они увидели. Они становятся объектом различных преступлений в силу своей беспомощности, доверчивости, физической слабости, да и просто незнания жизни. Предупреждать детей об опасности – обязанность родителей.

Уважаемые родители!

Заучите с Вашим ребенком следующие правила поведения:

не ходи никуда с незнакомыми людьми, как бы они ни уговаривали и что бы интересное ни предлагали;

не садись в машину с незнакомыми;

не играй на улице с наступлением темноты;

не заигрывайся во дворе по пути из школы;

не играй один в парке или сквере.

Напоминайте, чтобы подростки (особенно девушки) соблюдали следующие правила:

уходя из дома, всегда сообщали, куда идут и как с ними можно связаться

в случае необходимости;

сообщали по телефону, когда они возвращаются домой;

не входили в кабину лифта с незнакомыми мужчинами;

избегали случайных знакомств, приглашений в незнакомые компании.

Уважаемые родители!

Помните, что сексуальное воспитание и развитие молодых людей и девушек, в первую очередь зависит от Вас. Как можно раньше расскажите своему ребенку, в соответствии с его возрастом, о сексуальности. Ваш ребенок обратится к Вам в случае сексуального приставания лишь в том случае, если он знает, что с Вами можно беседовать «о подобных вещах». Информировуйте его о возможных видах сексуальной преступности, но при этом помните, что ребенку всегда нужна Ваша поддержка. Следите за тем, с кем общается Ваш ребенок и где он бывает. Нет ли среди его окружения сомнительных взрослых или чересчур сексуально развитых сверстников. Если чувствуете дурное влияние, постарайтесь изолировать от них ребенка. Смотрите, чтобы ребенок не пользовался сомнительной литературой и видео продукцией. Поддерживайте с детьми доверительные дружеские отношения. В этом случае Ваше воздействие будет особенно эффективным. Не запугивайте ребенка кем-либо или наказаниями. Вы можете посеять в его душе страх, который развившись с возрастом атрофирует его волевые качества. В случае необходимости обратитесь за советом в анонимную и бесплатную психологическую и психотерапевтическую помощь детям, подросткам и родителям в кризисных ситуациях и состояниях.

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;

поездки 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.