**Как уберечь ребенка от сексуального насилия? (советы родителям)**

**Расскажите детям о их праве на личную неприкосновенность,**на защиту себя от физических посягательств любыми средствами. **ВАЖНО**научить ребенка отличать уважение к взрослым от безусловного подчинения всем старшим. Дети имеют право и должны **сказать «НЕТ»** любому, кто намеревается причинить им вред в любой форме.

**Родители ВСЕГДА должны знать куда, к кому идет ребенок, как его можно найти.**Убедите детей, что призыв о помощи – это не свидетельство трусости, а необходимое средство защиты или даже спасения. Пусть **смело зовут на помощь** в случае чьих-либо домогательств.

Если относительно какого-то незнакомца у подростка **возникли подозрения,** пусть сразу же сменит маршрут, выйдет на другой станции метро (автобуса, троллейбуса), продолжит маршрут на следующем поезде (автобусе, троллейбусе). По телефону пусть сделает вид, что на улице его встретит папа или взрослый друг. Надо сказать об этом громко в трубку телефона.

**Мобильный телефон** сегодня решает многие проблемы. Необходимо контролировать, чтобы аккумулятор был всегда заряжен, а номер телефона родителей, а также ***«102»*** находился в режиме быстрого набора или на рабочем столе смартфона.

**Особое внимание подросток должен обращать на автомобили,** которые проезжают мимо. Если возникли подозрения или реальная угроза, надо перейти на противоположную сторону улицы или бежать в сторону, противоположную движению автомобиля.

В детях **необходимо воспитывать строгие правила поведения** и требования к себе. В противном случае их нестрогое соблюдение легко может оказаться провоцирующим для преступников. Обращайте внимание на увлечение детей сексуальной литературой, видеофильмами с эротическими сценами.

**НАДО ПОМНИТЬ**, что **преступники могут применить** не только насильственные, но и **«соблазнительные» приемы.** Они могут предложить конфеты, мороженое, игрушки, либо обещают что-то показать интересное. Соблазнитель зовет вместе погулять, либо напрашивается в провожатые.

**ЗНАЙТЕ,** что **дети охотнее идут на контакт** ***(особенно с 6 до 12 лет),*** что прибавляет насильнику уверенности, он стремится расположить к себе ребенка, одновременно обещает в обоюдных половых действиях безобидную и приятную забаву.

**НЕРЕДКО** преступником оказывается человек, который находится с детьми и подростками в каких-либо повседневных служебных контактах ***(руководит кружками, секциями, занимается репетиторством).***

**Жертвами половых преступлений** чаще оказываются дети и подростки, запущенные с точки зрения полового воспитания. По этой причине некоторые дети утрачивают чувство стыдливости, другие воспитываются в такой покорности взрослым, что в случае половых домогательств не смеют им противостоять. Пусть дети не позволяют, чтобы незнакомцы, знакомые или даже дальние родственники трогали их, целовали, обнимали.

**Постарайтесь, чтобы** **дети рассказывали вам обо всем, что происходит с ними.** Объясните, что насильники или вежливо уговаривают, или запугивают детей, добиваясь, чтобы они сохранили это втайне.

**Что должны знать дети, чтобы защитить себя**

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

     - уметь различать хорошие, плохие и смущающие прикосновения.

     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 одно из наиболее важных условий, которые помогают избежать беды.

             Нужно  быть  в  курсе  взаимоотношений ребенка с другими детьми и взрослыми,   а  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 телефоном-автоматом, знать номер домашнего телефона и почтовый адрес;

     - 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.

