

## **Как уберечь ребенка от сексуального насилия**

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.

Дети должны находиться на улице в кругу друзей, но только с теми, кого Вы знаете и не позже 23.00. Если они вместе громко закричат или кто-то позовет родителей, других взрослых, преступника это остановит.

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.

ЧЕРЕДКО 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 противостоят. 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.

Во всех случаях насилия над детьми

**75-90% насильников**

**знакомы жертвам,**  
и только в 10-25% случаев  
насилие совершается  
незнакомыми людьми

Как правило сексуальному  
принуждению в семье  
подвергаются девочки и  
мальчики 5-15 лет



Большинство виновников -  
это отцы, отчимы, дяди,  
хорошие друзья семьи, а  
также старшие братья

## ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ БУДЕТ ЛЕГЧЕ, ЕСЛИ:

- в дошкольных, школьных, специализированных учреждениях осознают проблемы насилия над ребенком;
- налажено взаимодействие между специалистами образования, здравоохранения, социальной и правоохранительной сферы;
- специалисты умеют замечать признаки насилия.

ЕСЛИ ВАМ НУЖНА ПОМОЩЬ -  
ЗВОНИТЕ НА  
ДЕТСКУЮ ТЕЛЕФОННУЮ  
ЛИНИЮ

**8-801-100-1611**  
(КРУГЛОСУТОЧНО)

ПО ВСЕМ СЛУЧАЯМ НАСИЛИЯ  
НАД ДЕТЬМИ ОБРАЩАЙТЕСЬ  
ПО ТЕЛЕФОНУ ПРЯМОЙ  
ЛИНИИ МВД

**8-017-372-73-87**

ЛИБО ПО ТЕЛ. 102

МИЛИЦИЯ ОБЩЕСТВЕННОЙ  
БЕЗОПАСНОСТИ  
МВД РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

## НЕДОСТОЙНОЕ ОБРАЩЕНИЕ С ДЕТЬМИ



## СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ

Информация для  
родителей и специалистов,  
работающих с детьми

## СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ -

вовлечение зависимых, незрелых в развитии детей и подростков в сексуальную деятельность, которую они не понимают и на которую они не в состоянии дать осознанное согласие, или которая нарушает социальные табу семейных ролей. По отношению к ребенку это любая активность сексуального плана, которая превышает нормы общения с ним.

## СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ -

это удовлетворение половой страсти с ребенком против его желания в условиях, когда ребенок не в состоянии отказаться от этого и защитить себя вследствие неравенства физических сил.

В случае сексуального насилия можно обнаружить как физические признаки, так и изменения в поведении ребенка

## ФИЗИЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛИЯ

- порванное, запачканное или окровавленное нижнее белье;
- гематомы в области половых органов;
- гематомы на груди, ягодицах, нижней части живота, бедрах;
- боль в животе, головная боль;
- повторяющееся воспаление мочепускательных путей;
- венерическая болезнь;
- беременность.

## ИЗМЕНЕНИЯ В ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА

Изменения в выражении сексуальности ребенка:

- чрезмерный интерес к играм сексуального содержания;
- поразительные для этого возраста знания о сексуальной жизни;
- соблазняющее поведение по отношению к противоположному полу;

- необычная сексуальная активность: частое раздражение половых органов.

## ИЗМЕНЕНИЯ В ЭМОЦИОНАЛЬНОМ СОСТОЯНИИ РЕБЕНКА

- замкнутость;
- депрессивность, грустное настроение;
- частая задумчивость;
- истерическое поведение, быстрая потеря самоконтроля;
- трудности в общении с ровесниками, избегание общения с ними.

### Изменения самосознания ребенка:

- снижение самооценки;
- мысли о самоубийстве, попытки самоубийства.

### Появление страхов:

- боится остаться в помещении наедине с определенным человеком;
- боится раздеваться, поэтому, например, может категорически отказаться от участия в занятиях по гимнастике;
- панически боится снимать трусики во время медицинского осмотра.

**СЛУЖБА ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ  
ПОМОЩИ «ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ»**

8-017-**202-04-01** (городской)

8-029-**899-04-01** (МТС)

звоните на **ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ** днём и ночью в любой день...



Вам грустно или одиноко?

У Вас проблемы в семье  
или на работе?

Вам трудно общаться  
со своим ребёнком?

Вы испытываете боль, обиду,  
разочарование?

Некому рассказать о своих  
переживаниях?

Вы потеряли  
близкого человека?

Вас бросили?

Вам страшно?

Вас избили или изнасиловали?

Вам кажется, что жизнь  
потеряла смысл?

***Понимание, сочувствие и поддержка - совсем рядом!***

помощь оказывается **бесплатно и анонимно**  
без ограничений возраста, пола, национальности, места  
жительства, состояния здоровья, сексуальной ориентации

**круглосуточно без выходных**

**ПОМНИТЕ : МЫ С ВАМИ!**

Главное управление здравоохранения Минского облисполкома  
УЗ «Минский областной клинический центр «Психиатрия-наркология»

## ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### «Единство требований в воспитании ребенка»

Не понимаете, почему чадо Вас не слушается?  
Возможно, виной тому двойные  
стандарты в вашей семье...

Что такое *двойные стандарты*? Это, когда...

- «Можно» или «нельзя» зависят от настроения родителя.
- Взрослый требует от родителя того, что сам не делает.
- «Можно» у мамы, но «нельзя» у папы.
- «Да» или «нет» зависят от того, насколько настойчив ребенок.
- Без особых причин одному ребенку «нельзя» то, что «можно» другому.

Чем опасны *двойные стандарты*?

1. Ребенок становится неуправляемым, ведь он не знает границ дозволенного.
2. Он учится лавировать между родителями, получая то, что ему нужно у одного в обход другого.
3. Чадо старается всеми силами изменить «нет» на «да», пользуясь каждой лазейкой, чтобы получить то, чего он хочет в данный момент.
4. Ребенок начинает вести себя «как хочется» и вне семьи, зарабатывая дурную славу в саду и школе.

Что делать?

*Рекомендации родителям «Как добиться единства в воспитании»*

#### **1. Поменьше запретов.**

Постарайтесь, чтобы **строгих правил было по минимуму, а те, что есть, были оправданы** (безопасность, здоровье, режим, правила приличия). Тогда и ребенок не станет игнорировать запреты, и родителям легче будет вместе настаивать на соблюдении правил.

**Чем старше становится ребенок, тем меньше должно быть в его жизни категорических запретов и больше тех правил, по поводу которых вы договариваетесь.**

#### **2. Тайм-аут поможет.**

Подросток просит отпустить его с друзьями в кино на вечерний сеанс, но вы пока не определились с ответом или считаете, что у супруга может быть другое мнение. Скажите ребенку: «Мне нужно подумать» или «Я хочу посоветоваться с папой». При любом решении лучше обсудить желание сына или дочери на семейном совете: если «да», установите вместе рамки дозволенного (время сеанса, прихода домой и т.д.), если «нет» - аргументируйте свой отказ и предложите что-то взамен, например, пригласить в гости его друзей.

#### **3. Прецедент еще не правило**

Если вы позволили себя уговорить, но потом пожалели об этом, в следующий раз ***просто вернитесь к запрету и настаивайте на нем.*** Чадо может напомнить: «Но ведь в прошлый раз ты мне разрешила!» На это стоит ответить: «Я подумала и поняла, что в твоих же интересах это правило лучше соблюдать». Возможно, ребенок приложит еще больше усилий, чтобы уговорить Вас, и вам даже придется пережить слезы, но зато в следующий раз такого не случится.

#### **4. Только вместе!**

Вы запретили, а муж снял табу? ***Сразу не протестуйте*** – видеть спорящих родителей ребенку не нужно. Но, позже объясните мужу, что в этом случае ребенок теряет уважение к родителям, так как понимает, что любой запрет можно обойти.

***Помните! Тон, которым озвучивается требование, должен быть разъяснительным, а не угрожающим.***

***Важно! Чем старше становится ребенок, тем меньше должно быть в его жизни категорических запретов и больше тех правил, по поводу которых Вы договариваетесь.***

Педагог-психолог Громько Н.В.

# «Компьютер: «за» и «против»»

Всем хорошо известно, современная жизнь практически невозможна без компьютера.

При этом некоторые родители не против частого времяпровождения детей за компьютерными играми, но не поддерживают это увлечение материально. Другая часть людей постоянно даёт своим детям деньги на различные интернет-карточки, диски, программы и к тому же может дать хороший совет в этой области. Также бывают родители, категорически запрещающие своему ребёнку проводить свободное время за компьютером. И ещё один тип. Люди этого типа позволяют детям сидеть за компьютером, но внутри они сильно переживают за сына или дочь. Ведь сидение за компьютером наносит ущерб здоровью ребёнка, он начинает мало общаться со сверстниками, что медленно ведёт к отупению.

Кто же прав? Попробуем разобраться.

## **Интернет позволяет:**

- общаться с друзьями;
- получать доступ к информации и развлечениям;
- учиться, встречаться с людьми и узнавать новое.

## **Почему дети уходят в Интернет?**

- Лень
- Одиночество, отсутствие друзей
- Игры заманивают
- Кажущаяся легкость в общении
- Проблемы в семье
- Неумение занять себя
- Слишком много свободного времени

## **Почему Интернет затягивает?**

Психологи говорят:

Дети признались, что виртуальная жизнь дает им самое главное - в ней они могут быть теми, кем хотят быть. А если им что-то не нравится – они могут просто нажать кнопку выхода.

## **Однако в интернете может подстерегать опасность. На что «ловят» детей в Интернете:**

Увидев в интернете рекламу алкоголя или табака, хоть раз пробовали их купить — 28%

Готовы переслать свои фотографии незнакомцам в Сети — 28%

Периодически попадают на сайты для взрослых — 22%

Без колебаний соглашаются сообщить информацию о себе и своей семье (место жительства, профессия и график работы родителей, наличие в доме ценных вещей) — 17%

Отправляют платные SMS за бонусы в онлайн-играх, не обращая внимания на их стоимость — 14%

Пытались купить наркотики — 11%

## **Основные виды угроз, которым подвергаются дети в сети Интернет:**

-Легкая доступность к нежелательному содержимому.

Под нежелательным содержимым нужно понимать порнографические или иные непристойные материалы, азартные Интернет игры, информацию о наркотиках, насилии.

-Переписка с незнакомыми ребенку людьми посредством электронной почты, сомнительных форумов.

-Получение неконтролируемых платных услуг из Интернет, особенно путем отправки SMS

### **Что вы можете предпринять?**

- Поговорите с детьми о том, что они делают в Интернете.
- Установите четкие правила использования Интернета.
- Держите личные сведения в секрете.

### **Вы сами:**

- Выработайте линию поведения в Интернете, снижающую риски.
- Аккуратно с личными сведениями. обращайтесь
- Используйте технологии защиты от нежелательной почты(спама), встроенные в операционную систему

### **Обсудите с детьми опасности Интернета:**

- Открыто поговорите с детьми об опасностях Интернета, в том числе и о следующем.
  - Интернет-преступники
  - Недопустимый контент
  - Вторжение в частную жизнь
- Объясните им, как их собственное поведение может снизить угрозу и обеспечить безопасность в Интернете

Уделите внимание тому, чем дети занимаются в Интернете

- Держите компьютер в центре внимания
- Узнайте, для чего Ваши дети используют Интернет
- Позвольте Вашим детям учить Вас
- Научите их доверять своим инстинктам
- Убедите их сообщать о любых неприятностях.

### **В чем же польза и вред компьютера?**

#### **Польза компьютера.**

Предубеждений, касающихся компьютера, существует несколько. Одно из них следующее: частое пребывание в виртуальном мире наносит вред эмоциональному и интеллектуальному развитию. Ребёнок становится рабом сети Интернет, то есть он теряет интерес к саморазвитию, ручному труду и самостоятельному мышлению.

Но при всём этом компьютер всё-таки имеет немалое количество плюсов, значительно облегчающих человеческую жизнь. Помощь в выборе увлечения, различные обучающие программы, возможность получить любую информацию и т. д. - всё это помогает вашему ребёнку.

Конечно, ребёнок может случайно (а может, и нет) попасть на сайты, от которых нам бы хотелось его уберечь. Это может быть и сообщество националистической организации, и секта - всё, что угодно. Но ведь с этим можно столкнуться и в реальности. Наверное, тут противопоставить можно только интерес к жизни ребёнка и ваши с ним доверительные отношения.



Второе предубеждение заключается в том, что из-за компьютера ребёнок перестаёт общаться со сверстниками в реальности, ведь виртуальный мир кажется ему гораздо более интересной. Но это является заблуждением.

Если ребёнок мало общается с одноклассниками, компьютер в этом не виноват. Наоборот, когда ребёнок необщителен, он проводит много времени, сидя за компьютером. И, благодаря такому времяпровождению, он может найти новых друзей со схожими вкусами и интересами.

Многие люди не одобряют компьютерные игры. Они считают, что игры отвлекают детей от учёбы, формируют жестокость и так далее. Но есть люди, одобряющие такую форму детских развлечений.

Во-первых, компьютерные игры приносят удовольствие детям. Во-вторых, во время прохождения какой-либо игры, у ребёнка формируются качества, которые не раз пригодятся ему в жизни. Он учиться добиваться определённых целей, доводить дело до конца, улучшать свои результаты. Проявляя настойчивость, ребёнок, тем самым, развивает её. Также игры способствуют интеллектуальному развитию, ведь во многих из них нужно выбирать между несколькими вариантами решения и проявлять смекалку. В-третьих, игры бывают не только развлекательными, но и обучающими и развивающими. Ребенку можно приобрести игры, способствующие стремительному развитию логического мышления, памяти и пространственного мышления.

Стоит отметить, что компьютерные игры имеют ещё одно немаловажное значение - снятие нервно-психического напряжения. Сражаясь с драконами, играя в гонки, ребёнок быстро успокаивается, так как в то время, когда он играет, он выплёскивает все отрицательные эмоции.

## **Вред компьютера.**

Конечно, все родители заботятся о своих детях и пытаются сохранить их здоровье от различных внутренних и внешних факторов. В том числе и от компьютера. Обычно компьютер вредит зрению и от него исходит излучение.

Учёные считают, что уровень излучения от жидкокристаллических мониторов ниже, чем у обычных телевизоров. Имеется в виду электромагнитное излучение. Другие же виды, среди которых рентгеновское, ультрафиолетовое и инфракрасное, ничтожно малы.

А вот нагрузка на зрение действительно является большой проблемой. И всё же телевизор и компьютер одинаково влияют на зрение. Чтобы зрение не ухудшалось, не стоит забывать о гимнастике для глаз и небольших перерывах. Время от времени посещайте офтальмолога.

Также, сидя за компьютером, ребёнок может получить сколиоз - искривление позвоночника. Контролируйте его, следите, чтобы он держал осанку, приучайте его к этому.

И последняя, очень важная информация. Крайне важно следить за тем, чтобы ребёнок вёл не пассивный, а активный образ жизни. Иначе, если он слишком много времени будет проводить за компьютером, у него может выработаться компьютерная зависимость. Это болезнь не принесёт никакой пользы ни ребенку, ни его родителям, так что следует

остерегаться её. Помочь вылечиться от компьютерной зависимости могут психотерапевты и психологи.

## **Профилактика суицидального поведения.**

Суицидальное поведение относится к распространённой патологии подростков. Именно в этом возрастном периоде оно отличается многообразием: это суицидальные мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки. Статистически выявлено, что в 90 % случаев суицидальное поведение в виде угроз, высказываний, намерений – это «крик о помощи», адресованный, прежде всего, своим близким.

В такой ситуации любой взрослый должен вступить в контакт с подростком, и в мягкой, но не решительной форме прекратить это действие, затем вызвать психиатра и скорую помощь, если не удаётся овладеть ситуацией. Если подросток лишь высказывается на эту тему, следует поддержать разговор и постепенно перевести его на тему об отношениях подростка с окружающими, о его желаниях, возможностях, планах, мечтах. Затем, по мере его успокоения, переключить разговор на тему о доме и родителях, о проблемах в семье, если он это поддерживает. Если он уходит от такого разговора, можно перейти к разговору о друзьях, товарищах, о тех, кто ему близок и понимает его, кому он доверяет. В дальнейшем надо полностью переключить подростка на особенности его характера, положительные его качества, возможности, за счёт которых всё можно изменить к лучшему.

В дальнейшем выяснить ситуацию, приведшую к поступку, и скорректировать поведение с помощью психолога. В случае неэффективности мероприятий, напряжённости и эмоциональной неустойчивости, лучше прибегнуть к помощи психотерапевта.

В дальнейшем специалист вместе с родителями должен обсудить ситуацию и изменить её с участием подростка.

В случае негативной реакции родителей на суицидальное поведение подростка ситуация может усугубиться дальнейшими негативными реакциями ребёнка или уходом из дома. Во всяком случае, это происшествие

должно всерьёз заставить родителей задуматься об их отношениях с детьми, между собой и о психологическом климате в семье в целом.

Школьный психолог.

## **КАК РОДИТЕЛЮ ПРАВИЛЬНО РЕАГИРОВАТЬ НА ВЫСКАЗЫВАНИЯ ПОДРОСТКА:**

<i>Если Вы слышите</i>	<i>Обязательно скажите</i>	<i>Запрещено говорить</i>
«Ненавижу всех...»	«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»	«Когда я был в твоём возрасте...да ты просто несешь чушь!»
«Все безнадежно и бессмысленно»	«Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»	«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»
«Всем было бы лучше без меня!»	«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом»	«Не говори глупостей. Поговорим о другом.»
«Вы не понимаете меня!»	«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»	«Где уж мне тебя понять!»
«Я совершил ужасный поступок»	«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом»	«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»
«У меня никогда ничего не получается»	«Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»	«Не получается – значит, не старался!»

## **Памятка для родителей**

### **«Воспитание без насилия»**

***Выйти из ситуации, когда вдруг покажется, что нужно применить наказание, или предупредить эту ситуацию помогут следующие рекомендации:***

1. Прислушивайтесь к своему ребенку, старайтесь услышать и понять его. Вникните в проблему ребенка. Не обязательно соглашаться с точкой зрения ребенка, но благодаря родительскому вниманию он почувствует свою значимость и ощутит свое человеческое достоинство.

2. Принимайте решения совместно с ребенком, а также дайте ему право принимать самостоятельные решения: ребенок охотнее подчиняется тем правилам, которые устанавливал сам. При этом мы не отрицаем, что некоторые решения могут принимать только родители. Предоставьте ребенку право выбора, чтобы он реально почувствовал, что волен сам выбирать из нескольких возможностей.

3. Постарайтесь предупредить ситуацию или изменить ее так, чтобы ребенку не нужно было бы вести себя неправильно.

4. Предоставляйте ребенку возможность отдохнуть, переключиться с одного вида деятельности на другой.

5. Требуя что-то от ребенка, давайте ему четкие и ясные указания. Но не возмущайтесь, если ребенок, может "быть, что-то не понял или забыл. Поэтому снова и снова, без раздражения, терпеливо разъясняйте суть своих требований. Ребенок нуждается в повторении.

6. Не требуйте от ребенка сразу многого, дайте ему постепенно освоить весь набор ваших требований: он просто не может делать все сразу.

7. Не предъявляйте ребенку непосильных требований: нельзя от него ожидать выполнения того, что он не в силах сделать.

8. Не действуйте сгоряча. Остановитесь и проанализируйте, почему ребенок ведет себя так, а не иначе, о чем свидетельствует его поступок.

9.Подумайте, в чем трудность ситуации, в которую попал ребенок?  
Чем вы можете помочь ребенку в этой ситуации? Как поддержать его?

***Желаем успехов в трудном деле воспитания детей! Пусть  
основным методом воспитания будет ненасилие!***