

Как уберечь ребенка от насилия? Советы родителям.

Сегодня большинство родителей очень часто и по-разному поводу испытывают страх за своих детей. Чтобы помочь детям избежать насилия, родители должны обратить свой страх в действие. В данном случае от них требуется беседовать со своими детьми.

Важно найти подходящее место и время, чтобы поговорить с детьми о насилии и о том, как его предупредить. Иногда родители слышат устрашающие сообщения в новостях и, подогреваемые собственным страхом, принимают самое серьезное выражение лица и зовут детей на беседу. Хотя это не всегда приносит вред, но это не самый лучший способ помочь детям овладеть стратегией предупреждения насилия.

Прежде чем начать беседу с детьми, родители должны договориться между собой о том, какие слова использовать в разговоре с детьми. Согласованность поможет избежать недоразумений. Родители должны без всякого стеснения называть анатомические части тела своим языком. Многие дети, испытавшие насилие, не рассказали своим родителям об этом потому, что они не знали, какими словами выразить то, что произошло с ними.

Чтобы повысить уверенность ребенка в себе и уменьшить чувство страха, лучше всего сосредоточить разговор на том, что ребенок может сделать в неприятной ситуации. Родители могут рассказать о навыках безопасности, необходимых для того, чтобы избежать насилия, точно так же, как они рассказывают о мерах безопасности при переходе улицы. Беседуя о том, как правильно переходить улицу, мы учим ребенка безопасному поведению на дороге, а не тому, что может сделать с ним машина. Эту логику можно использовать в беседах о том, как избежать насилия.

Навыки по предупреждению насилия.

Если ребенок окажется в угрожающей ситуации, у него должно быть несколько вариантов выбора, которые родители могут при удобном случае обсуждать с ребенком.

- Убегай от опасности.

Беги в школу, к соседям, в магазин или домой. Беги в ближайшее безопасное место. (Родители должны помочь детям определить все безопасные места по маршруту, которым пользуется ребенок каждый день.)

- Громко кричи и не прекращай кричать, пока не окажешься в безопасности.

Эта стратегия требует практики, поскольку детей учат тому, что во многих случаях кричать некрасиво. Чтобы прибегнуть к крику в опасной ситуации, как взрослые, так и дети должны отретировать этот крик. Когда вы проводите репетицию крика с

детьми младшего возраста, начинайте кричать негромко, постепенно делая крик все громче и громче. Маленьких детей громкий крик может напугать.

- Разрешите своему ребенку говорить слово «нет».

Многие дети считают, что взрослым нельзя отказывать и что их за это накажут. Однако дети должны понять, что им нужно говорить «нет» любому взрослому, который их пугает своими просьбами или требованиями.

- Поясните ребёнку, что его тело принадлежит только ему. *Расскажите ребёнку о нормальных и ненормальных прикосновениях.*
- Скажите ребёнку и убедите его: «Всякий раз, когда у тебя возникают проблемы, неважно, пугают ли они тебя или заставляют стыдиться, я выслушаю тебя, поверю тебе и помогу».

Соблюдая правила безопасности, Ваш ребенок сможет принять самое правильное решение в сложной ситуации и избежать встречи с преступником. Для этого ребенку нужно усвоить **«Правило четырех «НЕ»:**

НЕ разговаривать с незнакомцами и не впускать их в дом, квартиру;

НЕ заходить с незнакомыми людьми в лифт или подъезд;

НЕ садиться в машину к незнакомцам;

НЕ задерживаться на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

Изменить свою жизнь трудно. Однако, имея помощь, поддержку и нужную информацию, гораздо легче сделать решительный шаг и изменить свою жизнь и жизнь своего ребенка. Счастье ребенка в Ваших руках!

Если Вашему ребенку нужна помощь и поддержка Вы можете обратиться

«Телефон доверия» ГБУ ДПО «РЦППМСП» +7 (8712)21-20-05

