**Памятка  для родителей**

**(иных законных представителей)   и несовершеннолетних по модели поведения, алгоритму действий  по предотвращению фактов жестокого обращения и агрессии  в отношении детей**

*(Информационно-методический материал разработан АОУ ВО ДПО «Вологодский институт развития образования» на основании  решений заседания межведомственного круглого стола «Исполнение законодательства, направленного на профилактику жестокого обращения с детьми, совершения преступлений в отношении  несовершеннолетних со стороны их законных представителей»)*

Ребенок и родитель имеют равные права, в том числе и право быть свободным от страха и насилия. Жестокость родителей порождает жестокость детей - порочный круг замыкается. Дети вырастают и начинают мстить за свое поруганное детство, коверкая жизнь др**у**гим людям - эстафета ненависти и жестокости продолжается.

Неконструктивные формы поведения

1. Не применяйте угроз. Они ослабляют внутреннее «я» ребенка,  вызывают чувство страха, беспомощности, а иногда и ненависти. Дети живут только настоящим. Угроза наказания в будущем все равно не действует «с запасом», а негативную реакцию вызывает сразу же.
2. Не унижайте детей. Сколько раз вы оскорбили  ребенка, столько раз вы нанесли удар по его внутреннему «я» - тому, из чего развивается личность.
3. Не принуждайте  ребенка давать обещания  не делать то, что вам не нравится.  Если вынуждать их давать обещания, они просто привыкнут с их помощью избегать неприятностей, ничего реально в своем поведении не меняя.
4. Не требуйте от ребенка немедленного и слепого послушания. Лучше всего ребенка заранее предупредить о том, что вы собираетесь от него потребовать.
5. Не требуйте от ребенка того, к чему он не готов в силу возраста.Если от двухлетнего ребенка требовать того, к чему способен лишь пятилетний, он будет чувствовать свою беспомощность и неприязнь к тем, кто требует от него непосильного.

Личная безопасность детей и подростков

Для того чтобы дети могли защитить сами себя от насилия, должны присутствовать четыре элемента:

1. Знание и способность определить, что такое сексуальное насилие;
2. Умение контролировать свое собственное тело при обмене физическими знаками привязанности;
3. Умение сказать кому-либо, чтобы он или она его (ее) не трогали;
4. Уверенность в том, что взрослый, если ему сказать о том, что случилось, поверит им и защитит их.

Расскажите вашему ребенку:

1. Твое тело принадлежит только тебе. У тебя есть право на то, чтобы ты мог одеваться, мыться и спать один (в одино­честве).
2. Люди трогают друг друга по-разному. Большинство прикосновений приятны — это хорошие прикосновения. Некоторые прикосновения, вроде щекотания, могут тебя смутить, потому что вначале они как будто даже приятны, а потом, если их не прекратят, могут стать очень неприятными, нехорошими. Некоторые прикосновения болезненны — они нехорошие. Если ты сомневаешься в каком-нибудь прикос­новении, в том, хорошее оно или плохое, спроси кого-нибудь, кому ты доверяешь.
3. Если кто-нибудь потрогает тебя так, что тебе это не понравится, или попросит тебя потрогать его "плохим" способом, тебе не надо разговаривать и общаться с этим человеком.
4. Мы разрешаем тебе сказать такому человеку: "Нет" или: "Не трогай меня так". У тебя есть право уйти от этого человека.
5. Мы разрешаем тебе сказать о случившемся взрослому,  которому можно доверять, — тут назовите нескольких взрослых, которым ваш ребенок может сказать.
6. Объясните ребенку слова, которыми в словаре обозначаются интимные части тела, включая гениталии.
7. Никакой взрослый не должен трогать твои интимные части тела, если только это не доктор, который делает это для твоего здоровья. Если взрослый потрогает тебя и скажет: "Это наш секрет", — мы хотим, чтобы ты все равно об это рассказал (детям надо внушить, чтобы они никогда ни при каких обстоятельствах, не хранили такого рода секреты).

Что могут сделать родители, чтобы защитить ребенка?

1. Всегда знать, где ваш ребенок и с кем. Проверяйте приходящих нянь, сиделок, которых вы приглашаете, и с осторожностью относитесь к тому, чтобы ребенок ночевал вне дома.
2. Пусть дети ходят парами или группами, когда это возможно. Дети должны всегда идти домой одним и тем же путем.
3. Познакомьтесь со взрослыми, которые работают с вашим ребенком в школе и в свободное время.
4. Не пускайте ребенка одного в общественный туалет.
5. Прислушивайтесь к вашему ребенку. Простые слова типа: "Мне больше не нравится этот учитель музыки" или "Я не хочу, чтобы дедушка приезжал к нам в гости" могут нести в себе важное сообщение. Спросите ребенка: "Почему же?"
6. Проверьте, понял ли ребенок то, чему вы его научили, играя с ним в игру типа «А что, если...?»:

* Обсудите с ребенком специфические ситуации и любую другую информацию по его личной безопасности, например, что он будет делать, если потеряется в магазине, пропустит автобус и т.д.
* Пусть ребенок участвует в выборе правильного решения.
* Концентрируйте внимание на ситуации, а не на человеке.
* Начните с «незнакомого человека», потом перейдите к «людям, которых ты вроде знаешь»  - например, лифтер, сосед, приходящая няня,  а затем – к тем, кого ребенок любит.
* Будьте конкретными: «Что бы ты сделал(а), если бы такой-то пригласил тебя покататься  на машине?»

         Не имеет значения, кто. Реакция ребенка должна быть одинаковой. Если ребенок ответит неправильно, поработайте над этим. Помогите ребенку говорить о том, как он должен поступить.

* Нельзя быть уверенным, что ребенок все понял как надо, если не говорить с ним о потенциально опасных ситуациях очень конкретно.

1. Время от времени говорите о личной безопасности всей семьей. Напоминайте вашим детям, что они всегда должны рассказывать, если с ними что-нибудь случится. Если первый, кому они расскажут, не поверит им, они должны рассказать, еще кому-нибудь, и еще, и еще – пока кто-нибудь не примет меры.
2. Если ребенок скажет вам, что с ним такое произошло, не паникуйте. Если вы проявите гнев, ребенок может ощутить чувство вины и взять назад свои слова. Отвечайте ребенку спокойно, уверьте его в том, что он ничего плохого не сделал и что это не его вина. Поддержите ребенка, попытайтесь по­нять его чувства – испытывает ли ребенок гнев, страх, печаль или тревогу,  – успокойте его, сказав, что вы защитите его от повторения насилия.

Пусть ваш ребенок знает, что вы предпримете шаги к тому, чтобы остановить насилие, и объясните ему, что вы собираетесь сделать. Специалисты могут помочь вам провести ребенка через этот процесс. Если вашего ребенка опрашивает социальный работник или полиция, сделайте так, чтобы при этом присутствовал кто-нибудь из близких ребенку людей.

9. Если вы подозреваете, что ваш ребенок или какой-либо другой ребенок стал жертвой насилия, по закону вы должны сразу сообщить об этом в полицию или службы по защите прав ребенка

**Рекомендации для детей и подростков по защите от насилия и жестокости**

**Что  можно сделать для  защиты от   насилия  и жестокости?**

* Понять, какого отношения ты ждешь к себе от других людей и как ты сам относишься к другим людям.
* Обсуждать эти проблемы со своими друзьями, в семье.
* Прислушиваться к своим чувствам.
* Спрашивать у других людей о том, что тебя беспокоит.
* Сказать человеку, который обижает тебя или другого, что тебе это не нравится.
* Не замыкаться на своих проблемах, всегда помнить, что неразрешимых ситуаций просто не бывает, необходимо сделать только первый шаг!

Говоря о своих чувствах открыто, ты защищаешь себя от насилия. Обратись за помощью к другим людям. Найди человека, которому ты доверяешь, и поговори с ним. Это может быть твой друг, родители, учитель, просто знакомые. Рассказ о происшедшем и о своих переживаниях принесет тебе огромное облегчение.

Если этого будет недостаточно, помни, ты не один! Ты всегда можешь позвонить по  телефонам доверия, рассказать о своих проблемах и обсудить все, что тебя волнует.