



## Памятка для родителей по профилактике преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних

Эта памятка предназначена для Вас, дорогой родитель - самый близкий для ребенка человек, который может помочь предотвратить насилие и посягательства на половую неприкосновенность детей и подростков.

### Дорогие родители!

В последние годы в России наблюдается рост преступлений против половой свободы и неприкосновенности в отношении несовершеннолетних. В этой памятке вы можете найти рекомендации психолога по профилактике сексуального насилия и иных действий сексуального характера в отношении ваших детей. Приведены рекомендации о том, какие слова можно подобрать для разговора со своими детьми на эту непростую, но важную для каждого из нас тему.



#### 1

С раннего возраста начинайте объяснять ребенку про личные границы. Любой контакт с телом должен быть ТОЛЬКО с позволения ребенка!!!

1. «Твое тело принадлежит только тебе!»
2. «Любые прикосновения к твоему телу могут быть приятными и неприятными».
3. «Некоторые прикосновения, например, подержаться за руку – «безопасные»; а некоторые прикосновения, например к твоим интимным частям тела, могут быть «небезопасными».

#### 2

Приучайте своего ребенка заботиться о личной гигиене самостоятельно.

«Ты вырос и уже можешь ухаживать за своим телом самостоятельно. Старайся не доверять мытье интимных частей тела другому человеку».

#### 3

Постарайтесь создать условия, чтобы у ребенка была личная территория, в том числе отдельное спальное место! Если ребенок на протяжении длительного времени вынужден делить спальное место со своими родителями, у него может возникнуть повышенный интерес к интимной жизни взрослых.

«Ты уже достаточно взрослый, чтобы спать отдельно. У тебя, как у любого человека, есть право иметь свою личную одежду и обувь. Также важно, чтобы у тебя было свое личное местечко, где иногда можно уединиться, чтобы почитать, поиграть или помечтать. Ты имеешь право на личное пространство!»

## 4

Разговаривайте со своими детьми на тему взросления и сексуального развития. Если вы стали свидетелем, как подросток мастурбирует, не критикуйте и не осуждайте! Для подростка, это способ познания новых функций, ощущений, подтверждающее его нормальное половое созревание. Это знакомство с собой и своим телом. Запугивание родителей могут вызвать чувство вины и стыда, что окажет сильное влияние на сексуальную жизнь, даже спустя много лет.

«Ты можешь задавать мне любые вопросы на тему взросления и отношений, которые тебя волнуют. И это нормально!»

## 5

Учите своего ребенка правилам безопасности на улице, дома, в интернете.

«На улице, дома, даже в интернете ты можешь нечаянно столкнуться с разными опасными ситуациями. Очень важно научиться их распознавать и понимать, как себя вести, чтобы не случилась беда. Для этого существуют правила безопасности, которые нужно знать и соблюдать».

## 6

Если вы видите, что ваш или чужой ребенок находится в опасности, окажите ему первую помощь, поговорите с ним. В случае необходимости сообщите в полицию!

«Если ты чувствуешь опасность, ты имеешь право сказать «НЕТ!»»  
«Ты имеешь право обратиться за помощью».  
«Если ты находишься в компании, которая вызывает у тебя страх, и ты не можешь выйти из помещения, скажи «Я хочу в туалет» и выйди из помещения, потом сразу же убегай подальше от этого места и проси о помощи».

## 7

Обсуждайте вместе с ребенком правила безопасности в интернете, вопросы возвращения детей через интернет. Просматривайте обучающие видеоролики, передачи.

«Никогда не соглашайся, чтобы тебя фотографировали или снимали на видео без твоего согласия».  
«Никогда не отправляй фотографии интимных частей своего тела в интернет. Материалы, попавшие в интернет, остаются там навсегда».

## 8

Постарайтесь выслушать ребенка, окончив делать все свои дела, если он делится с вами чем-то приятным (поделки, оценки, истории из жизни). Если ребенок сможет делиться с вами приятным, то он сможет поделиться и неприятным.

«Молодец! Как здорово у тебя получилось!» -  
«Спасибо, что доверился мне». - «Спасибо, что ты поделился со мной тем, что тебя волнует!».

**Создавайте доверительную атмосферу дома! Ребенок не должен бояться прийти к вам с проблемой!!!**

Составила: Ковалева М.Р., ГБОУ РК «Центр диагностики и консультирования»

Сайт <https://www.gouckd.karelia.info/>

e-mail [gourkcdk@yandex.ru](mailto:gourkcdk@yandex.ru)