

# РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## Памятка для родителей

### «Возрастные особенности развития ребенка, его нужды и желания»

#### Ребенок от 5 до 7 лет

Возраст детей в это время еще называют возрастом игры. Но в это время основным содержанием игры уже становятся отношения между людьми. Вводится сюжет, а к 7 годам появляется игра по правилам, т. е. выполнение взятой на себя роли.

Ребенок на этом этапе уже может обучаться по программе, но только если он принимает ее. Он обычно делает только то, что захочет сам, поэтому разумнее всего все виды обучения строить в игровой форме. За период с 3 до 7 лет ребенок переживает два возрастных кризиса и, конечно, избежать конфликтов с ним довольно-таки трудно. Если ребенок демонстрирует агрессивное или неподобающее поведение, предложите родителям некоторые методы, взятые из арсенала поведенческой терапии.

#### 1. Метод «Делай» – «Не делай».

Научите родителей, что есть вещи, которые улучшают взаимодействие между детьми и взрослыми и которые ухудшают их. Метод «Делай» показывает, что можно использовать для улучшения отношений.

«Делай» (этот метод использует чувство гордости):

1. *Описывайте.* Описывайте подходящее поведение. Причины: разрешает ребенку лидировать, показывает, что вы интересуетесь, моделирует речь, удерживает детское внимание.

2. *Отражайте.* Поддерживайте правильное поведение и нужный разговор. Причины: показывает ребенку, что вы его действительно слушаете, демонстрирует понимание, улучшает вербальное общение, повышает самооценку, появляется теплота в отношениях.

3. *Имитируйте.* Имитируйте нужную игру. Причины: позволяет ребенку вести игру, показывает ребенку, что вы вовлечены в игру, учит ребенка, как играть с другими.

4. *Поощряйте.* Поощряйте подходящее поведение. Причины: улучшает поведение, повышает самоуважение, дает понять ребенку, что вы довольны.

5. *Используйте энтузиазм.* В голосе должен чувствоваться задор. Причины: держит ребенка заинтересованным, помогает ребенку отвлечься, когда он все игнорирует.

Метод «Не делай» учит тому, чего нужно избегать при общении с ребенком для улучшения взаимодействия.

#### «Не делай»

1. *Не давайте команды.* Избегайте во время игры с ребенком давать команды. Причины: не даете ребенку лидировать, это может быть причиной того, что ребенку с вами неприятно;

2. *Не задавайте много вопросов.* Причины: это может выглядеть так, что вы не слушаете ребенка, или не согласны с ним, вы лидируете и в разговоре.

3. *Избегайте критики.* Причины: это не работает на улучшение поведения, наоборот, может усиливать критикуемое поведение, понижает самооценку, усиливает неприятное взаимодействие.

**2. Игнорирование.** Если ребенок ведет себя неподходящим образом, игнорируйте такое поведение (до тех пор, пока оно не опасно).

- Не смотрите на ребенка, не разговаривайте, не смейтесь, не хмурьтесь. Причины: держите ситуацию в своих руках, помогает ребенку заметить разницу между вашими реакциями на плохое и хорошее поведение, уменьшает плохое поведение;

- Игнорируйте каждый раз;
- Ожидайте улучшения поведения.

**3. Остановка игры.** Если ребенок демонстрирует совершенно неподобающее поведение (причиняет боль, плюет, сквернословит, ломает что-либо и т. д.).

**4. Установление ограничений.** Непослушание всегда должно сопровождаться установлением ограничений: «У тебя только два выбора: Ты можешь либо..., либо взять тайм-аут».

**5. Тайм-аут или «Горячий стул».** Если ребенок не подчинился предупреждению о тайм-ауте, это всегда должно сопровождаться процедурой тайм-аута. Ребенок должен отправляться на стул и находиться там 3 минуты.

### **Ребенок с 7 до 13 лет.**

Взросление детей и кризис 7 лет всегда сопровождаются трудностями во взаимоотношениях детей и родителей. Начиная с 7-летнего возраста, ребенок вступает в новую фазу жизни, где главной становится идея обучения. Теперь все усилия направлены только на успехи в учебе, получение хороших отметок, установление отношений с учительницей и новым коллективом. Игра отходит на второй план, но все еще важна для ребенка. Только игра теперь тоже меняет содержание, она снижает свое развивающее значение.

Ребенок в возрасте от 7 до 13 лет также переживает два возрастных кризиса. Часто родителям кажется, что они вообще не в состоянии справиться с ребенком.

Кризис 7 лет связан с изменением ведущей деятельности ребенка и его обобщением переживаний по поводу успеха или неуспеха. Также ребенок 7 лет способен оценивать свои возможности и способности. Возникает ориентация на нормы и правила, созданные взрослыми. Обычно ребенок ведет себя плохо только в присутствии близких взрослых. Плохое поведение ребёнка состоит в игнорировании привычных правил и носит характер избегания.

Кризис 13 лет (подростковый) характеризуется эмоциональной неустойчивостью, резкими изменениями в поведении. Нарушения носят провокационный, конфликтный характер.

Ощущение себя личностью, чувство взрослости, развитие самосознания придают подростку уверенности и силы. 13-14 лет обычно последний возраст, указанный в литературе, когда родители еще прибегают к физическим наказаниям.

## Памятка для родителей «Стратегия для родителей, имеющих подростков»

- показывайте подростку свою заинтересованность в его делах;
- уважайте взгляды подростка;
- дайте подростку почувствовать, что, несмотря на его свободу и независимость, вы всегда готовы помочь и защитить;
- будьте гибкими со старшими детьми и подростками, слушая их и ведя переговоры, вы уменьшаете силу их неприятия родительских решений;
- уважайте потребность подростка к уединению. У него должно быть его личное пространство, время наедине с собой и тайны по поводу его личных отношений;
- дайте подростку добавочное время для выполнения вашего задания или просьбы;
- составьте и напишите семейные правила;
- почитайте на досуге буклеты и брошюры для родителей. Они рассказывают о банальных истинах, но лишний раз заставляют задуматься о методах воспитания.

### Советы родителям

#### Правило «три К»

1. Запомните правило «три К», всегда знайте: **Куда** пошел ваш ребенок; **Кто** пошел с ним, и **Когда** он должен вернуться.
2. Всегда отмечайте взрослых, которые уделяют слишком много внимания вашему ребенку и дарят ему дорогие подарки, покупают сладости, ищут возможности остаться наедине с вашим ребёнком и т. д.
3. Ваш ребенок должен знать с детства, кто его может трогать, а кто нет, и какие части тела считаются интимными. А также, что интимные части тела никто (кроме самого ребенка, врача и мамы) не может трогать. Для того чтобы ребенок понял, о чем идет речь, используйте выражения типа: «у тебя под одеждой», «у тебя под трусиками». Можно также добавить: «если кто-нибудь захочет потрогать тебя здесь, скажи мне». Пусть ребенок выучит правила сексуального поведения, приведенные ниже.
4. Объясните детям разницу между «плохим» и «хорошим» секретом. Например, скажите, что хранить в секрете сюрприз на день рождения – это хорошо, но не рассказать взрослым, если кто-то доставляет тебе неприятные ощущения или обижает тебя – это плохо.
5. Научите детей доверять интуиции и говорить «нет» в ситуациях, когда они чувствуют себя с кем-то некомфортно.
6. Не оставляйте маленьких детей одних на площадках, в магазине, в парке без наблюдения близких взрослых.
7. Объясните детям, что они не должны подходить к незнакомым машинам и к незнакомым людям. Дети также не должны уходить даже со знакомыми людьми прежде, чем спросят вашего разрешения.
8. Научите подростков выбирать самый безопасный (а не самый близкий) путь возвращения вечером домой. Также вы должны знать, с кем они пойдут или кто их будет встречать.
9. Слушая ребенка, применяйте «активное слушание». Ребенок должен знать, что если его что-либо беспокоит, вы всегда выслушаете и поможете.
10. Соблюдайте правила сексуального поведения при детях, приведенные ниже.

### Памятка для родителей

#### «О сексуальных правилах поведении детей и взрослых»

### *Правила сексуального поведения для детей (по Barbara Bonner):*

1. Можно дотрагиваться до своих интимных частей тела, будучи наедине с собой.
2. Нельзя дотрагиваться до интимных частей тела другого человека.
3. Нельзя позволять другим людям дотрагиваться до ваших интимных частей тела.
4. Нельзя показывать интимные части тела другим людям.
5. Контролируйте свое сексуальное поведение, чтобы окружающие чувствовали себя комфортно.

### *Правила сексуального поведения для взрослых:*

1. Контролируйте игры детей, чтобы знать, где они и что они делают. Не разрешайте играть при закрытых дверях, если вы не уверены в ком-либо из детей.
2. Желательно, чтобы ребенок не купался в ванной с другими детьми и не спал в одной кровати с кем-либо. Также предпочтительно, чтобы ребенок спал в комнате один.
3. Нельзя давать возможность детям подавлять младших или уязвимых детей.
4. Нельзя держать в доме откровенно сексуальные материалы.
5. Взрослые должны быть наедине в ванной или спальне. В доме должны быть установлены четкие правила о вхождении ребенка и спальню к взрослым (например, стук в дверь). Если взрослые собираются заняться сексом, они должны принять меры, чтобы дети не могли войти или наблюдать их частично раздетыми, или откровенно разыгрывать сексуальное поведение, когда это могут видеть дети.
6. Взрослые должны быть скромны при детях. Нельзя ходить раздетыми или обнаженными, если дети находятся рядом. Однако совершенно нормально, если вы показываете доброе отношение друг к другу.
7. Не разрешайте ребенку спать или купаться со взрослыми.
8. Взрослые должны научить ребенка соблюдать эти правила. Важно, чтобы и дети, и взрослые соблюдали их.

### **Рекомендации для родителей**

#### **«Что нужно каждому ребенку, чтобы вырасти здоровым и полноценным человеком»**

1. *Уважение.* Идеи вашего ребенка о том, что является самым важным, могут быть отличными от ваших. Постарайтесь помнить об этом, когда ваш ребенок хочет сказать вам что-нибудь срочно, даже тогда, когда вы очень заняты.
2. *Физическая забота.* Это понятие включает в себя тепло в доме, адекватную одежду и достаточное количество еды, вовремя сделанные прививки, лечение, обеспечение безопасности ребенка и т. д.
3. *Похвала и призы.* Они помогут ребенку чувствовать уважение к себе и доверие к взрослым.
4. *Внимание.* Слушайте детей, и не только тогда, когда они что-то говорят словами, но и тогда, когда они пытаются показать вам это всем своим поведением.
5. *Доверие.* Дайте знать ребенку, что вы доверяете ему, и что бы ни случилось, вы ему поверите и поможете,
6. *Любовь.* Это самое необходимое, в чем нуждается любой человек.

### **Рекомендации для родителей**

## **«Что должен делать каждый родитель, чтобы обеспечить ребенка всеми нуждами»**

1. Хорошо и правильно кормите ребенка, вовремя лечите, одевайте соответственно погоде и возрасту.
2. Следите за развитием ребенка и за успеваемостью в школе.
3. В большинстве ситуаций дети в возрасте до 8 лет не должны быть одни, особенно в крупных городах. Даже когда они играют с другими детьми, кто-то из близких взрослых должен присматривать за ребенком.
4. Никогда не оставляйте детей без присмотра в таких местах, как парки или магазины. Не оставляйте их также в машине или около магазина, даже если вы вышли только на несколько минут.
5. Если вы находитесь в людном месте, не отпускайте руку ребенка ни на минуту. Не уходите слишком далеко вперед от ребенка.
6. Как только ребенок будет способен запомнить, научите его, как его полностью зовут, адрес и номер телефона. Потренируйтесь с ним, пока не убедитесь, что он запомнил.
7. Уже с двух или трех лет вы можете начинать учить ребенка личной безопасности. Скажите ему очень простым языком, что он никогда, ни с кем не должен уходить, прежде чем не спросит разрешения у родителей.
8. Более старших детей научите правильно переходить дорогу, делать покупки и спрашивать у взрослых дорогу, если они ее забыли. Дети должны всегда говорить вам, куда они идут, с кем и когда вернуться.
9. Запишите себе имена, адреса и телефоны всех друзей, у которых может быть ваш ребенок.
10. В очень людных местах нужно обговорить заранее, где вы встретитесь, если потеряете друг друга (около справочной или кассы № ...), убедитесь, что ребенок знает, к кому нужно обратиться за помощью. Это должен быть не просто взрослый, а надежный взрослый – полицейский, взрослый с маленьким ребенком, работник магазина.
11. Помогите воспитать в ребенке такие качества как самоуважение, используя много поощрений, любви и внимания. Опасные взрослые или те, кто плохо воспитывает своих детей (оставляет их без присмотра, плохо кормит и т. д.), должны быть исключены из круга общения вашего ребенка.
12. Научите ребенка, что он никогда не должен делать для взрослых то, что им не хочется или не нравится, даже для тех, кого они хорошо знают. Никогда не заставляйте детей целовать или обнимать тех взрослых, с которыми они не хотят делать это.
13. Слушайте детей, особенно тогда, когда они стараются сказать вам о вещах, которые их беспокоят. Дайте детям знать, что вы всегда воспринимаете их серьезно и сделаете все, чтобы они чувствовали свою безопасность.

### **Памятка для родителей**

#### **«Это важно помнить родителям!»**

- Уважайте своего ребенка, не делайте сами и не позволяйте другим заставлять ребенка делать что-то против своей воли.
- Если вы знаете, что ребенок соседней подвергается насилию, избиению со стороны родителей, немедленно сообщите об этом в полицию.
- Если ваш ребенок говорит о нездоровом интересе к нему вашего мужа, прислушайтесь к его словам, поговорите с мужем, не оставляйте ребенка один на один

с ним и, если отношения зашли слишком далеко, расстаньтесь с этим человеком, нет ничего дороже счастья собственного ребенка.

– Отец должен поговорить обо всех интересующих сына вопросах относительно половой жизни, объяснить, как предохраняться.

– Мать должна объяснить девочке, как ей вести себя с противоположным полом, о средствах контрацепции.

– Если вы заметили странность в поведении ребенка, поговорите с ним, что его беспокоит. В разговоре с мальчиком лучше участвовать отцу, без присутствия матери.

### **Памятка для родителей**

#### **«Фразы, которыми мы часто травмируем детей»**

- «Сейчас же иди сюда!»
- «Чтобы я не видел, что ты это делаешь!»
- «Ты что, дурак?! Я тебе миллион раз это говорила!»
- «Ты ничего не можешь сделать как надо!»
- «Прекрати постоянно есть! Будешь выглядеть, как толстая свинья!»
- «От тебя одни неприятности!»
- «Уйди! Мне надоело на тебя смотреть!»
- «Ты мне надоел!»
- «Замолчи! Заткнись!»

Словами можно сделать очень больно! Ребенок верит тому, что слышит и принимает это за правду.

Дети должны чувствовать себя **УВЕРЕННО**, чувствовать, что их **ЦЕНЯТ**, понимать, что они **ХОРОШИЕ**.

### **Рекомендации для родителей**

#### **«Что делать родителям, чтобы эмоционально не вредить ребенку»**

1. Остановиться и успокоиться. Задуматься, что ты делаешь. Почему ты так «завелся»? Ты действительно злишься на ребенка, или тебя беспокоит что-то другое? Как бы ты себя чувствовал, если бы с тобой так обращались?

2. Выйти. Когда ты сердисься, успокойся, прежде чем срывать свой гнев на ребенке.

3. Обсудить с тем, кому ты доверяешь эту проблему. Поговори с кем-то из друзей, членов семьи. Возможно, они переживают те же проблемы с детьми. Выясни, как они поступают в подобных ситуациях. Часто уже сам факт, что другие тоже проходят через те же проблемы, помогает успокоиться. Может, у них возникнут какие-то идеи, как решить этот вопрос.

4. Посещать группу поддержки родителей. Приемам воспитания ребенка можно научиться. Дети ведут себя гораздо лучше, если регулярно получают подтверждение родительской любви и похвалу за хорошее поведение.

5. Уменьшить стресс в своей жизни. Обратись к помощи профессионалов, если не можешь решить какую-то проблему. Профессионал поможет разобраться в причинах стресса и найти способ от него избавиться, вместо того, чтобы срывать его на детях. В результате станет гораздо легче выделить позитивные моменты в жизни ребенка.

#### **Как помочь ребенку?**

1. Уделяй время каждому своему ребенку. Регулярно говори ему, что ты его любишь.

2. Будь опорой для своего ребенка. Это не значит, что ты не можешь на него рассердиться. Но ребенок должен знать, что ты любишь его, даже если сердишься.

3. Защищай своего ребенка от насилия. Дом должен быть для ребенка надежным и безопасным местом. Но важно также научить его чувствовать себя уверенно и вне дома.

4. Хвали ребенка. Хвали его способности, таланты, отмечай его сильные стороны. Если замечаешь, как что-то получается у него лучше, чем у других, не забудь сказать ему об этом.

5. Научи ребенка справляться с неудачами. Ни у кого не получается абсолютно всё. Ребенок должен знать, что не все будет удаваться. Неудачи должны служить стимулом для дальнейшего развития.

6. Научи ребенка думать и самостоятельно решать проблемы. Но будь доступен для него, когда он хочет обсудить с тобой свои проблемы, мысли, чувства.

7. Уважай чувства и мысли своего ребенка. Ребенок такой же человек, как и взрослые, и так же заслуживает уважения и позитивного отношения к себе.

Удостоверься, чувствует ли ребенок себя так, как хотел бы себя чувствовать ты - любимым, уверенным в себе, нужным.

Часто мы, не задумываясь, используем слова, которые на самом деле очень ранят ребёнка. Но есть так же слова и выражения, которые лечат и помогают.

*Слова, которые причиняют боль:*

- Ты дурак!
- Какой же ты неряха!
- Ты меня бесишь!
- Почему ты такой неуклюжий!
- Ты безнадежен!
- Лучше бы ты не родился!

*Слова-помощники:*

- Ты же можешь!
- Как ты хорошо это сделал!
- Какой ты чудный!
- Я горжусь тобой!
- Без тебя я бы не смог это сделать!
- Я тебя люблю!

### **Рекомендации для родителей**

#### **«Что нужно делать, чтобы не проецировать подобные отношения на своих детей»**

1. Прежде всего, необходимо уменьшить стресс в своей жизни. Даже если началась самая настоящая черная полоса, ничьей вины здесь нет, и уж тем более нет вины ребенка, срывать свою злобу на нем ни в коем случае нельзя. Если нет возможности справиться самостоятельно, можно обратиться к помощи профессионала, который поможет найти причину стресса и избавиться от него.

2. Ребенок должен знать, что его любят. Он должен быть уверен в этом на все сто процентов даже тогда, когда он в чем-то не прав или поступил очень и очень плохо. Поэтому говорите ему о своей любви как можно чаще и уделяйте как можно больше времени каждому из своих детей. Будьте опорой для них.

3. Дом и семья должны быть самым надежным и самым безопасным местом для ребенка. В кругу семьи он должен чувствовать себя защищенным! В то же время необходимо научить его чувствовать себя уверенно и вне дома.

4. Ни в коем случае нельзя сравнивать своего ребенка с чужими детьми, его способности со способностями других детей, особенно если он что-то делает хуже, чем кто-то из его окружения. Нужно просто хвалить его за то, что он умеет, даже если он далек от идеала. Хвалить его способности, таланты (а они есть у каждого!), отмечать его сильные стороны. Это придаст ему уверенности в себе и поможет развиваться в нужном направлении.

5. Не следует быть слишком требовательным по отношению к своему ребенку. Не бывает так, чтобы у кого-то получалось абсолютно всё. Прежде всего, нужно понимать это самим. Неудачи бывают в жизни у каждого, и необходимо научить своего ребенка справляться с ними, видеть в них стимул для дальнейшего развития.

6. Любой согласится с тем, что ребенок должен уметь самостоятельно решать свои проблемы. Но это вовсе не значит, что родители не должны ему помогать, когда это необходимо. Они всегда должны быть рядом и готовы помочь словом и делом.

7. Следует всегда помнить, что ребенок – такой же человек, как и взрослые, он заслуживает внимания, уважения и позитивного отношения к себе. Нужно всегда интересоваться его мнением и обязательно учитывать его. Уважайте чувства и мысли своего ребенка! Каждый человек должен быть уверенным в себе, чувствовать, что он нужен и что его любят, и вашего ребенка это должно касаться в первую очередь.

### **Правила для родителей которые заинтересованы в безопасности своих детей**

- Компьютер следует размещать в комнате общего пользования.
- Расскажите ребенку о правилах конфиденциальности и поведения в Сети и его личной ответственности.
- Расскажите о рисках, которым он может подвергнуться, посещая интернет.
- Ребенок должен уметь ориентироваться в сетевом пространстве, правильно пользоваться поисковыми машинами, отсеивать нежелательные электронные сообщения и ни при каких обстоятельствах не выкладывать о себе в Сеть личную информацию.
- Научите, как правильно себя вести в случаях встречи с мошенничеством и другими фактами нарушения закона.
- Приучите соблюдать авторские права других людей.
- Объясните, что, скачивая из интернета файлы аудио, видео или текстового форматов, он может не только нарушить закон, но и загрузить вирус на собственный компьютер.
- Создайте семейные правила безопасности и разъясните причины необходимости следования установленным внутренним правилам.
- Проявляйте интерес к виртуальной жизни ребенка, обсуждайте с ним его интернет впечатления и интересуйтесь сетевыми знакомыми.
- Говорите с ребенком о здоровых взаимоотношениях полов и о сексе. Это позволит немного ослабить его любопытство и подготовит к правильной реакции при попадании на ресурсы взрослого содержания.
- Расскажите ребёнку о рисках общения в приватном режиме.
- Научите ребёнка внимательно относиться к информации, получаемой из интернета, чтобы он умел отличать правду от лжи.



- Расскажите о различных способах проверки информации.
- Настаивайте на посещении модерлируемых участков сетевого пространства.
- Приучите ребенка не встречаться с сетевыми знакомыми в реале, а если всё же такая проблема возникнет, проконтролируйте его новые контакты.
- Научите ребёнка советоваться с Вами, прежде чем осуществить покупку через интернет.
- Старайтесь быть в курсе сайтов, которые посещает Ваш ребёнок. Это даст Вам возможность осуществлять определённый контроль за деятельностью ребёнка в сети и снизит вероятность попадания в интернет личной информации о нем и его близких.
- Помните, что семейная онлайн-безопасность ответственность каждого.

***Обучите ребенка правилам безопасной работы в Сети:***

- разъясните ребенку важность сохранения своей и чужой конфиденциальной информации: нельзя выкладывать в интернете информацию о семье, ее финансовых делах, адреса проживания и учебы, номера телефонов, кредитной карты или банковские данные;
- никому, кроме родителей, нельзя выдавать пароли интернета, даже лучшим друзьям.

***Научите детей вести себя в он-лайне, как в реальной жизни.*** Точно так же, как в жизни, в Сети ребенок должен вести себя вежливо, не делать чего-либо, что может обидеть других людей или противоречит закону. Объясните детям, что в интернете следует с уважением относиться к людям и к их авторским правам. Незаконное копирование и распространение материалов, являющихся чьей-либо собственностью, считается кражей.

***Виртуальный собеседник может выдавать себя за другого.*** Научите ребенка не слишком доверять незнакомцам в Сети. Ребенок должен знать, что нельзя назначать встречи с виртуальными знакомыми без разрешения родителей.

***Виртуальный мир иногда стоит реальных денег.*** Всегда нужно выяснять, сколько стоят специальные интернет сервисы, например, иногда стоимость SMS в он-лайн игре не указывается. Если такая информация не ясна, нужно обращаться за советом к родителям, которые помогут разобраться, сколько на самом деле стоит SMS и так ли уж необходимо его отправить.

***Спрашивать совета можно и нужно.*** Сообщите ребёнку, что он может обратиться к Вам в любой ситуации, которая его беспокоит. Если в интернете (в сообщении электронной почты, на сайте, форуме, чате) что-либо не понятно, тревожит или угрожает, всегда нужно обращаться за помощью к родителям. Информация и услуги в интернете не всегда безопасны, поэтому прежде чем загружать, устанавливать или сохранять что-либо из интернета, нужно получить разрешение родителей. Научите проверять информацию из Сети с помощью дополнительных запросов и обращения к проверенным источникам.

**Памятка для родителей**

**«Если у вас дочь!»**

С девочками все проще. Любящая мать, зная, что воспитывает слабую и нежную девочку, с самого раннего детства будет внушать ей осторожность в общении с представителями противоположного пола. Кроме того, девочки еще находятся под контролем мамы, бабушек, соседок, родственниц. Женщины, как некий «клан», общими усилиями подсознательно стремятся к одному – защитить девочку от посягательств мужчин. Мальчикам в этом плане позволено больше.

Гетеросексуальные педофилы предпочитают детей, потому что девочки доступны и уязвимы. В случаях нападения на девочек и девушек-подростков чаще всего педофил является их знакомым или соседом.

Опасность стать жертвой педофила нарастает, когда девочка уже начинает осознавать свою привлекательность, – в 10-13 лет.

Девочки начинают кокетничать со знакомыми мужчинами, учителями, друзьями отца. Но подобное кокетство ребенка вовсе не говорит о том, что она готова к сексуальным действиям. Любой, даже самой маленькой женщине, присуще желание нравиться.

Девочки нуждаются в мужском внимании не менее чем взрослые женщины, и непременно кокетничают в обществе любой особи противоположного пола.

Современные девочки подрастают очень рано и также рано надевают модную одежду, туфли на каблуках и короткие юбки, пользуются косметикой. Подобные ухищрения великовозрастный педофил воспринимает как готовность к сексу, совершенно забывая, что это просто разодетое дитя, чистое и невинное. Любой нормальный мужчина воспримет заигрывания 12-летнего ребенка как детские шалости. И только извращенец не сможет адекватно расценить поведение маленькой кокетки.

Однако родителям девочки стоит заранее отрепетировать, как дать отпор незнакомцу, если вдруг он обратится к ней с какой-нибудь подозрительной просьбой. (Позвать «родственников» из подъезда, квартиры, помочь посторожить вещи в подворотне и т.д.) Это стандартные приемы педофилов.

### **Памятка для родителей «Искусство любить детей»**

Наши дети! Обычно мы любим и даже обожаем их. Но иногда! Иногда мы сердимся на них и не понимаем. Нам хочется отругать их, отшлепать, побить. Но эти действия опасны, а мы редко задумываемся над тем, что это насильственные методы, то есть методы, травмирующие психику детей.

Как сделать так, чтобы дети доставляли нам радость и сами были счастливы? Есть короткие пути к большой любви:

- Как бы вы ни были заняты, находите время для своих детей.
- Как бы вы ни устали, уделите каждому ребёнку немного внимания.
- Выразить свою любовь можно каждый день. Не бойтесь сказать: «Я тебя люблю» сегодня, если это вы говорили вчера.
- Воспитывайте детей в обстановке любви и покоя. Они также будут воспитывать своих детей.
- Не настаивайте на абсолютном послушании ребёнка. Уважайте его достоинства.
- Будьте добры с ребенком даже тогда, когда проявляете строгость. Пусть он растет счастливым и общительным.
- Проявляйте чуткость, учитывая желание и волю своих детей. Но не позволяйте им превращать вас в рабов.
- Находите простые пути для решения сложных проблем воспитания. Помните - все гениальное просто.
- Не ругайте и не наказывайте ребенка, у которого не ладится с учебой, выясните причины отставания.
- Будьте дружелюбны и гостеприимны с друзьями своего ребёнка. В противном

случае он останется один.

- В своих требованиях делайте скидки на возраст и индивидуальные качества ребёнка.
- Предоставьте ребёнку достаточно свободы для развития самостоятельности. Это поможет ему завоевать признание сверстников.
- Своим примером обучайте ребёнка желательным качествам. Хорошее в нём - поощряйте.
- Не делайте различий между детьми. Никогда не сравнивайте с другими.
- Читайте вместе. Даже старшие дети с удовольствием слушают хорошие рассказы.
- Показывайте свои чувства к ребёнку. Не бойтесь обнять и поцеловать его.
- Извинитесь, когда вы не правы, родители тоже совершают ошибки.
- Всегда прощайтесь с детьми со словами любви и поцелуйте их. Всегда провожайте их спать со словами «спокойной ночи»; обнимите и поцелуйте.
- Старайтесь хорошо и правильно кормить детей. Голодный ребёнок – злой ребёнок. Следите за их развитием и вовремя лечите, если нужно.
- Будьте открытыми и честными с детьми. Дети всегда чувствуют фальшь, и будут платить вам тем же.
- Включайте детей в обсуждение семейных проблем, делайте совместную работу. Научите тому, что умеете сами.
- Разговаривайте с ребёнком всегда приветливо, с улыбкой. Ваша одна улыбка может сделать его счастливей.
- Не позволяйте ребёнку привыкнуть к чувству поражения. Придумайте для него возможность стать победителем.

Радуйте своих детей сюрпризами, домашними праздниками. Пусть дети всегда ждут от вас чего-то особенного.

### **Рекомендации родителям «РАССКАЗЫ ДЛЯ МАЛЕНЬКИХ»**

(для совместного чтения и обсуждения прочитанного, с целью профилактики насилия)

#### **Красная машина**

Асель с Маратом играли во дворе дома. Вдруг из-за угла выехала очень красивая красная машина и остановилась около детей. Асель очень хотела потрогать ее и посмотреть, что же там внутри, но она боялась, что хозяин будет ругать ее, если она подойдет поближе. И вдруг из машины вышел мужчина. Он широко улыбнулся ей и спросил, не хочет ли она покататься. У Асель от радости перехватило дыхание. Она бросила игрушки и подбежала к машине, но Марат догнал ее, схватил за руку и потащил домой. Дома мама похвалила Марата, а Асели сказала, что она никогда не должна подходить к чужим машинам, а тем более садиться в них.

Почему мама похвалила Марата? Почему нельзя садиться в чужие машины?

#### **Мороженое**

Мама с Колей гуляли по городу. Было очень жарко и хотелось мороженого. Коля ныл всю дорогу, но мама сказала, что у него недавно была ангина, и мороженое ему нельзя. Но

Коле очень хотелось мороженого. Он даже обиделся на маму: «Подумаешь ангина, - думал Коля, - уже нет никакой ангины».

Наконец они пришли в парк и остановились около детской площадки. Коля побежал играть, а мама отошла в сторонку и поглядывала за ним.

Вдруг к Коле подошла незнакомая женщина, в руке она держала заветное мороженое. Она огляделась по сторонам и подозвала Колю: «Эй, мальчик, хочешь мороженое?» «Хочу», - ответил Коля. «Ну, тогда пойдем со мной», - позвала она. Коля с радостью подбежал и взял ее за руку. Но в это время подошла мама. А женщина стала быстро уходить.

«Никогда не подходи к чужим людям, даже если они предлагают тебе что-нибудь вкусное», - сказала она.

Почему мама так сказала?

### **Лифт**

Света играла во дворе дома. Она давно уже хотела кушать, но ей не хотелось подниматься на 5 этаж, а мама не разрешала ей одной ездить в лифте.

Наконец Света решила пойти домой. Она пошла в подъезд и подошла к лифту. В лифте стоял мужчина, он сказал, что ждет ее, и спросил, на какой ей этаж, но Света вспомнила слова мамы и сказала, что передумала ехать. Она вернулась на улицу.

Через несколько минут к дому подошла тетя Таня, которая жила на этаж выше, и Света поехала в лифте с ней. Мама похвалила Свету.

Почему мама похвалила Свету?

### **В лагере**

Вечером все отдыхали. Младшие дети смотрели телевизор. Старшие занимались своими делами. Погода была чудесная, и Наташа с Наргизой решили прогуляться. На дворе ярко светила луна, и было совсем не страшно. Девочки болтали о чем-то своем, когда к ним подошли двое парней. Они были чужие, не из лагеря. Парни оказались пьяными и стали звать их погулять подальше. Наташа строго сказала, что им не разрешают выходить за ворота. Но один из парней рассмеялся и стал тащить ее к воротам. Наргиза не растерялась. Она стала громко звать детей и воспитателей. На шум бегом прибежали все, кто услышал ее голос. Тащивший Наташу бросил ее руку, и через минуту оба исчезли.

➤ Правильно ли сделала Наргиза, что стала кричать? Нужно ли звать на помощь взрослых, если вы сами не можете справиться с ситуацией?

## **Общие рекомендации для родителей**

### **по предотвращению насилия над несовершеннолетним**

Многие родители, прочитав все вышесказанное, задумаются над тем, как предупредить ребенка о возможности сексуального насилия и научить избегать его. Способов немного, но они есть.

Все зависит от того, существует ли между вами и ребенком доверие, и как и в каких терминах вы будете рассказывать о том, что существуют «плохие дяди и тети».

Терминология и подход напрямую зависят от возраста ребенка. Попробуйте объяснить, что есть такие взрослые, которые могут попытаться сделать ему больно и заставить делать то, что ему неприятно. Расскажите, что такие взрослые могут угрожать и его родителям, чтобы заставить его хранить молчание.

Ребенок должен понять, что тайн, которые нельзя рассказывать родным, быть не должно. Следует предупреждать ребенка о подстерегающих его опасностях, но не запугивать.

Дети должны быть уверены, что их не будут обвинять в том, что им кто-то показывал порнографические картинки или фотографировал обнаженными. Особенно мягко надо разговаривать с впечатлительными, эмоционально неустойчивыми, тревожными детьми.

Взрослые знают, что опасности могут подстергать ребенка даже во дворе. О них нужно помнить и постоянно напоминать детям.

Лучший способ – наглядная демонстрация опасных мест. Обойдите вместе с ребенком весь двор и обратите его внимание на люки, подвалы, чердаки, строительные площадки. Не надо запрещать ему туда ходить, важно доходчиво объяснить, почему нельзя: что на чердаке иногда собираются пьяные компании, а дверь подвала может кто-нибудь закрыть, и тогда он не сможет выйти. Постарайтесь внушить ребенку, что в подобной ситуации нужно не кричать и плакать, а изо всех сил стучать в дверь подвала – так кто-нибудь скорее услышит и придет на помощь.

После обхода опасных мест можно прочитать ребенку сказку Владимира Келера «Ирина у лемуров». Лемуры – это очаровательные создания с мягкими лапками, пушистыми хвостами, добрыми улыбками и злыми глазами. В сказке они посадили девочку Ирину в мешок и утащили к себе, посадили в темную комнату, где мучили ее до тех пор, пока ее не освободил верный пес. Педофилы, по сути своей, и есть те самые «лемуры» с добрыми улыбками и злыми глазами.

*Вот несколько правил для родителей, которые необходимо взять на вооружение:*

1. Не оставляйте детей без присмотра, контролируйте их прогулки, запретите гулять далеко от дома и в сомнительных местах вроде парков, строек, гаражей. Не отпускайте играть одного (или даже в компании сверстников) во двор, без присутствия взрослых. Можно договориться с кем-нибудь из соседей наблюдать за детьми по очереди.

2. Даже если у вас послушный ребенок, строго запретите ему вступать в контакт с незнакомым человеком, особенно с мужчиной. Слушаться он должен только родителей. Ребенок должен знать, что ни под каким предлогом нельзя «идти помочь завести машину», «открыть захлопнувшуюся дверь», «поискать собачку в соседнем парке»...

3. Объясните ребенку, что ни под каким предлогом нельзя брать подарки или деньги от незнакомца, принимать приглашение пойти к нему домой, в кино, в кафе – как бы соблазнительно или интересно эти предложения ни звучали. Говорить об этом нужно тактично, не запугивая ребенка и не пробуждая в нем болезненной подозрительности к окружающим людям и собственной сексуальности.

4. Ребенок должен доверять только родителям. Педофил может представиться тренером, кинорежиссером, работником ЖКХ, налоговым инспектором, журналистом... и даже родственником мамы или папы, их сослуживцем. Хорошо воспитанный ребенок доверчив, он может стать жертвой собственного воспитания, преступник часто знает имя ребенка, к которому обращается с просьбой, – это совсем нетрудно, стоит только немного покрутиться возле места, где играют дети. Они громко обращаются друг к другу по имени. Научите ребенка говорить таким взрослым, что он, прежде всего, должен спросить разрешение пойти куда-то у мамы или папы.

5. Постарайтесь, чтобы ваш ребенок избегал контактов с людьми из «группы риска»: алкоголиками, наркоманами, ранее судимыми лицами. Даже если это соседи по

квартире (в одном подъезде, одном доме, на одной улице...). Примерно треть убийц-насильников ранее судимы или состояли «на заметке» у участкового инспектора.

6. Беседуйте вечерами с ребенком, стараясь узнать, как прошел его день. Интересуйтесь, не ходил ли какой-нибудь странный человек около детского сада или школы. Часто маньяки делают круги вокруг мест скопления детей. Объясните ребенку, что даже в общественных местах он должен быть осторожен.

7. Чаще интересуйтесь друзьями и знакомыми ребенка, родителями его друзей, учителями, преподавателями. При первом подозрении о нестандартном поведении взрослых – обращайтесь в милицию.

8. Объясните ребенку, что, если в лифт с ним все же кто-то зашел, лучше выйти (например, сославшись, что ребенок что-то забыл дома или на улице). Такую ситуацию можно отрепетировать с ребенком заранее. Если ребенок уже едет в лифте, а подозрительный человек все-таки вошел, ребенку лучше спокойно выйти на следующем этаже. Научите его пользоваться вызовом диспетчера и расскажите, как вести себя в случае остановки лифта или в других непредвиденных ситуациях. Не забудьте предупредить и о том, что не стоит баловаться кнопкой вызова – это хулиганство, и диспетчер может отключить лифт.

9. Договоритесь со своим ребенком, что он никогда не должен рассказывать знакомым или незнакомым людям, когда мама и папа приходят с работы или уходят куда-то и в какое время он бывает дома один. Если приходится вечером одной (одному), шагать быстро и уверенно и не выказывать страха. Можно подойти к женщине, которая вызывает доверие, или к пожилой паре и последовать за ними рядом.

10. Подходя к двери квартиры, ребенок должен удостовериться, что рядом никого нет, и держать ключ всегда заранее наготове. Запретите ребенку открывать дверь в ваше отсутствие кому бы то ни было. Если его кто-то настойчиво уговаривает отпереть дверь, дайте ребенку телефон надежной соседки, - человека, который живет поблизости и которому ребенок может позвонить и попросить подойти на лестничную площадку, если вдруг ему станет страшно.

11. Ребенку нужно, не драматизируя, с самого раннего возраста говорить о том, что среди людей бывают «нехорошие». Необходимо рассказать, что сексуальные отношения между взрослыми и несовершеннолетними запрещены законом. Не нужно запугивать ребенка, напротив, его следует уберечь от ситуации, когда страх парализует детское сознание.

*Что должен знать и уметь ребенок:*

– Уметь не только отказывать незнакомому взрослому, если тот предлагает куда-то с ним пойти, но и привлекать внимание прохожих, если такая ситуация возникает;

– Ребенок должен понимать, что его тело принадлежит только ему, и он имеет полное право сказать «нет» любому взрослому, отказать в прикосновении кому бы то ни было – другу, учителю, дяде, отчиму;

– Ребенок должен быть уверен, что ему не угрожает наказание, осмеяние, что вы не будете его ругать, если он пожалуется на слишком навязчивое внимание друга семьи или нападение на улице по дороге из школы;

– Внушите своему отпрыску, что он не виноват в том, что вызывает нездоровый интерес какого-то взрослого, что существуют способы избавиться от такого интереса. (Часто педофилы запугивают маленькую жертву или стыдят ее, но могут отступить, если встречают открытое сопротивление ребенка.