|  |  |
| --- | --- |
|  | |
| **Как разговаривать с детьми об их личной безопасности, не испугав их**  Родители, учителя и другие неравнодушные взрослые учат детей тому, как оставаться в безопасности на воде, на улице или при езде на велосипеде. Но из-за этого дети не начинают бояться велосипедов, бассейнов и дорог. Меры безопасности при прикосновениях можно обсуждать подобным образом. Вот некоторые идеи для разговора с детьми о мерах безопасности при прикосновениях.  **Объясните правила безопасности при прикосновениях, когда вы рассказываете о правилах безопасности в других ситуациях.**   * "Если взрослый трогает тебя так, как тебе не нравится, расскажи об этом мне или \_\_\_\_. Мы поверим и поможем тебе".   **Часто повторяйте простые правила безопасности. Например:**   * "Мы не храним в тайне прикосновения в нашей семье". * "Взрослые обычно не должны трогать детей в интимных местах кроме тех случаев, когда это необходимо для здоровья или купания". * "Никогда не иди и не садись в машину с незнакомыми взрослыми, независимо от того, что они тебе скажут". * "Доверяй своему внутреннему голосу (интуиции, рассудку), если он подсказывает, что что-то не в порядке".   **Объясните правила вашей семьи, такие как:**   * "Не рассказывай никому, когда ты бываешь дома один (одна)". * "Расскажи мне, если у тебя с няней возникли проблемы". * "Ты можешь сказать "нет" тем, кто хочет нарушить какое-либо из правил нашей семьи. Я поддержу тебя". * "Ты можешь ездить в машине с \_\_\_\_ или \_\_\_\_\_. Никогда не садись в машину с кем-либо другим без разрешения."   **Играйте в игру "Что ты будешь делать, если", чтобы потренироваться в принятии решений.**   * "Что ты будешь делать, если мы разойдемся в магазине в разные стороны?" * "Что ты будешь делать, если кто-либо из наших знакомых прикоснулся к тебе непонятным для тебя образом и попросил держать это в тайне?" * "Что ты будешь делать, если взрослый предложит тебе деньги (или что-либо другое, чего ты хочешь) в обмен на нарушение наших семейных правил?"   **Помогите детям говорить более убедительно. Предложите им поупражняться в произнесении таких фраз:**   * "Я не говорю этого людям". * "Я не хочу, чтобы меня щекотали. Можем ли мы вместо этого прогуляться?" * "Отстаньте от меня. Я расскажу, если вы нарушите правило прикосновений". * "Мне нельзя этого делать". * "Нет".   **Помогите детям действовать убедительно, чтобы защитить себя. Предложите им поупражняться в таких действиях:**   * Убирать чью-то руку от себя * Перемещаться или убегать * Держаться уверенно, расправив плечи * Смотреть человеку в глаза * Отрицательно качать головой   **Объясните детям, что взрослые не всегда правы.**   * "Большинство взрослых трогают детей надлежащим образом, но некоторые взрослые запутались и принимают неправильные решения о прикосновениях к детям". * "Если ты не уверен(а) в чем-то, что говорит или делает взрослый, попроси меня помочь объяснить это".   **Учите детей, что существуют вещи, которые взрослые, дети старшего возраста и няни не должны делать.**   * "Никто не имеет права засовывать руку тебе в трусы или заставлять тебя трогать их интимные части тела. Никто не может просить тебя посмотреть на интимные части твоего тела или сфотографировать их. Никто не может показывать тебе интимные части своего тела или изображения интимных частей кого-либо другого".   **Помогите детям выучить правильные названия частей тела, в том числе половых органов.**   * Дети иногда используют жаргонные слова, когда говорят о своих гениталиях. Это может привести к путанице, если они пытаются сообщить о сексуальном насилии. Например, если мальчик говорит, что кто-то потрогал его "хот-дог", имея в виду "пенис", другие могут подумать, что он жалуется на то, что кто-либо пытается отобрать его еду и игнорируют его.   **Учите детей, что правила безопасности при прикосновениях действуют всегда.**   * Это не только правила для незнакомцев, мужчин или нянь. Большинство лиц, занимающихся сексуальным домогательством, являются людьми, которых ребенок знает и которым доверяет. Они могут быть даже членами семьи или уважаемыми членами общества. | **How to Talk to Children about Personal Safety without Scaring Them**  Parents, teachers, and other caring adults teach children how to stay safe when near deep water, on the street, or riding a bike. This does not make children afraid of bicycles, swimming pools, and roads. Touching safety can be discussed in the same way. Here are some ideas about talking with children about touching safety.  **Explain safety rules about touch when you talk about other types of safety rules.**   * “If you are touched by an older adult in a way that you don’t feel right, tell me or \_\_\_ about it. We will believe you and help you.”   **Repeat simple safety rules often. For example:**   * “We don’t keep secrets about touching in our family.” * “Grownups don’t usually need to touch children in private areas unless it’s for health or bathing.” * “Never go away with or get in a car with a grownup you don’t know, no matter what they tell you.” * “Trust your inner voice (instincts, judgment) if it’s telling you something doesn’t seem right.”   **Explain your family’s rules, such as:**   * “Do not let others know if you are home alone.” * “Tell me if you have a problem with a babysitter.” * “You can say ‘no’ to anyone who wants you to break one of our family rules. I will support you.” * “You can ride in a car with \_\_\_\_ or \_\_\_\_. Don’t ride with anyone else without asking first.”   **Play “What ifs” to practice decision-making.**   * “What if you and I got separated at the store?” * “What if someone we know really well touched you in a confusing way and asked you to keep it a secret?” * “What if an older person offered you money (or something you really wanted) if you would break our family rules?”   **Help children speak more assertively. Have them practice saying things like:**   * “I don’t tell people that.” * “I don’t want to be tickled. Could we take a walk instead?” * “Leave me alone. I’ll tell if you break a touching rule.” * “I’m not allowed to do that.” * “No.”   **Help children act assertively to protect themselves. Have them practice things like:**   * Taking someone’s hand off them * Moving or running away * Standing tall with shoulders back * Looking person in the eye * Shaking head “no”   **Teach children that adults aren’t always right.**   * “Most adults touch children in appropriate ways, but some adults are mixed up and don’t make good decisions about touching children.” * “If you aren’t sure about something a grownup says or does, ask me to help explain it.”   **Teach children that there are certain things that adults, older children and babysitters shouldn’t do.**   * “No one has the right to put their hand down your pants or force you to touch their private parts. They shouldn’t ask to see your private body parts or take pictures of them. They shouldn’t show you private parts of their body or pictures of someone else’s private parts.”   **Help children learn the correct names for body parts, including the genitals.**   * Children sometimes use slang words to talk about their genitals. This can lead to confusion if they try to report sexual abuse. For example, if a boy says that someone touched his “hot dog” when he means “penis,” others might think he is complaining about someone trying to take his food and ignore him.   **Teach children that touching safety rules apply all the time.**   * They are not just rules about strangers or men or babysitters. Most sexual abusers are people that a child knows and trusts. They may even be a family member or respected member of the community. |