

Памятка о половой неприкосновенности

Защитим детей и подростков от насилия
и посягательства на половую неприкосновенность.

Памятка для педагогов и родителей. **Уважаемый взрослый!**

Эта памятка предназначена для Вас, так как, находясь рядом с ребенком или подростком, Вы можете помочь предотвратить насилие и посягательства их на половую неприкосновенность. Избежать насилия можно, но для этого помогите ребенку усвоить

«Правило пяти «нельзя»

- ⊘ Нельзя разговаривать с незнакомцами на улице и впускать их в дом.
- ⊘ Нельзя заходить с ними вместе в подъезд и лифт.
- ⊘ Нельзя садиться в чужую машину.
- ⊘ Нельзя принимать от незнакомых людей подарки и соглашаться на их предложение пойти к ним домой или еще куда-либо.
- ⊘ Нельзя задерживаться на улице одному, особенно с наступлением темноты.



#Безопасность

Как предотвратить сексуальное насилие в отношении детей и подростков?

Наше понимание эффективной профилактики сексуального насилия основано на простом факте: если дети и подростки чувствуют себя свободными, защищёнными и сильными, то они реже подвергаются сексуальному насилию и/или имеют лучший доступ к своевременной помощи.

Невзирая на это, вся ответственность в ситуации сексуального домогательства или насилия над детьми и подростками в любом случае лежит на нас, взрослых. Кроме того, именно мы можем научить детей правильно реагировать в таких ситуациях. Поэтому мы все обязаны хорошо представлять, что такое сексуальное насилие над детьми и как ему можно противостоять.

Чаще всего насильниками являются мужчины – члены семьи или знакомые ребёнка, и такого рода насилие всегда связано с секретностью, тайной. Тот факт, что знакомый, близкий или даже родной человек может использовать свою власть для того, чтобы получить сексуальное удовлетворение, вызывает у пострадавших детей и подростков целую бурю противоречивых чувств.

Не существует единственно верного рецепта против данного вида эксплуатации детей. Но есть методы, которые могут поддержать детей и подростков в подобной ситуации и придать им сил среди бури чувств и эмоций.

Профилактика сексуального насилия в отношении детей и подростков – это не инструкции, предупреждения или запреты, а выстраивание открытых, безопасных и уважительных отношений с детьми.

Несмотря на беспокойство о безопасности ребёнка, необходимо учить детей независимости. Эффективная профилактика – это разговоры о различных видах нарушения личных границ, о том, как важно доверять своим ощущениям, искать и получать помощь, о праве детей на телесное, сексуальное и гендерное самоопределение, это обучение критическому мышлению, объяснение сути структурной дискриминации и вреда стереотипов, а также общий позитивный тон сексуального просвещения детей.

Но самое важное в профилактике насилия – это личный пример окружающих взрослых, их внимание к своим эмоциям и проговаривание своих чувств.

#Безопасность

Различные области профилактики

Чувства

Умение распознать и доверять собственным чувствам имеет очень важное значение для выстраивания общения с людьми и способности защитить себя. Стать взрослыми – это не значит научиться справляться со своими чувствами, это значит научиться распознавать и называть огромное количество разнообразных, перепутанных и противоречивых чувств. Очень важно уметь признавать и уважать не только собственные чувства, но и чувства других людей.

Приятные и неприятные прикосновения

Дети и подростки имеют право принимать решения относительно собственного тела – в том числе о том, кто, когда, как и где может к ним прикасаться. Общаясь с детьми, необходимо научить их пониманию того, что их тело ценно, уникально и нуждается в защите. Всем детям нужна нежность и ласка. Но часто взрослые прикасаются к ним, не спрашивая, как будто так и надо. На нас, взрослых, лежит ответственность замечать и пресекать такого рода контакты.

Прикосновения бывают разными: приятными или неприятными, а также возбуждающими необычные чувства, и дети хорошо способны их различать. Важно тренировать детей в распознавании различных видов прикосновений, ведь во время сексуальных домогательств огромную роль играют именно те прикосновения, что возбуждают «необычные» или «странные» чувства.

Сексуальное образование

Для того, чтобы дети и подростки воспринимали свои тела и сексуальность как что-то позитивное и прекрасное, что-то, что нужно беречь и защищать, необходимо обеспечить им адекватное половое воспитание в соответствующей возрасту форме. Дети должны знать термины, обозначающие различные части их тел и аспекты сексуальности, и не бояться их произнести, а также получать серьезные и правдивые ответы на свои вопросы.

Тайны чудесные и тайны неприятные

Есть чудесные тайны, за которыми скрывается радость, а есть гнетущие, неприятные тайны, создающие страх и дискомфорт. Мы обсуждаем с детьми, что такие тайны, которые связаны со страхом и угрозами, – это не тайны, а шантаж, и что рассказать о них – это не предательство.

Умение ставить границы

Все люди имеют право на личные границы, право сказать «нет» быть при этом услышанными. Дети смотрят на нас и важно, чтобы мы, взрослые, ясно обозначали собственные границы и говорили об этом с детьми. Дети и подростки должны видеть перед собой пример того, что они могут сказать «нет», и это «нет» будет услышано.

Просить о помощи – это смело

Просить о помощи и поддержке – это не признак слабости, а совсем наоборот. И маленькие, и большие дети должны понимать, что они могут попросить о помощи и имеют право

#Безопасность

выбирать, к кому за этой помощью обратиться. Если ребенку не поверили, важно поговорить об этом и подсказать возможности, к кому ещё можно пойти. Это нормально, если ребёнок найдёт другого человека, которо_й сможет доверять.

Вся вина лежит только на тех, кто нарушает границы, запутывает и эксплуатирует других

Дети часто чувствуют себя виноватыми. Не только в тех случаях, когда взрослые им не верят или несправедливо обвиняют, но когда с ними происходит что-то «странное», «тайное» или «постыдное». Наша обязанность как взрослых людей – снять с детей этот груз вины и дать им понять, что они не виноваты, когда кто-то создаёт неприятную обстановку, прикасается к ним или разговаривает с ними так, как им не нравится.

Помощь в борьбе с навязанными ролями и ожиданиями

Дети получают информацию о том, как надо себя вести, от нас, взрослых, а так же из СМИ, из языка и визуальных образов, которые их окружают, – например, представление о том, что мальчикам нужно больше места, а девочки должны быть уступчивыми и прощающими. Важно, чтобы мы осознанно относились к такого рода моделям и учили детей выражать весь спектр эмоций и типов поведения. Рядом с нами есть дети, которые сильно страдают от такого якобы "нормального" поведения и сражаются против навязывания им гендерных стереотипов. Дети, которых игнорируют, сексуализируют или обижают сверстники и сверстницы, – это дети, которые просто хотят быть самими собой и нуждаются в нашей поддержке; ведь им понадобится так много смелости и сил, чтобы пройти свой собственный путь среди навязываемых в обществе норм и несправедливости.

#Безопасность