***Рекомендации родителям***

***«Как оградить ребенка от насилия»***

**Советы для самых маленьких**

*Уважаемые родители, постарайтесь не пугать Вашего ребенка, но добейтесь того чтобы он твердо запомнил следующие правила*

* Никогда не садись в автомобиль с незнакомым человеком. Если кто – то об этом просит – немедленно расскажи родителям
* Всегда играй в компании друзей
* Никогда не принимай подарки (сладости) от незнакомцев без разрешения старших.
* Никогда не соглашайся, куда-либо идти в сопровождении незнакомых людей
* Кричи со всей силы, если кто-то хочет тебя заставить сесть в автомобиль или куда-то идти
* Запомни свой адрес и номер телефона (включая код города), телефон 102
* Всегда носи с собой список рабочих телефонов родителей
* Запомни секретный пароль, и соглашайся идти только с людьми, которые знают пароль
* Никогда не позволяй кому-то прикасаться к тебе. Сразу расскажи старшим, если это случилось
* Помни, что твои родители любят тебя и никогда не накажут за сообщение правды
* В случае нападения беги к зданию с вывеской «Здесь можно вызвать милицию».

**Советы для детей младших классов**

* Всегда сообщай родителям, куда ты идешь
* Всегда гуляй в компании друзей
* Не ходи с друзьями в безлюдные места ночью
* Не принимай подарков от незнакомцев
* Если кто - то предлагает сопровождать тебя – спроси разрешения

у  родителей

* Если испугался – беги к людям
* Ни с кем не обсуждай своих проблем, как бы плохо тебе не было
* Не открывай никому дверь и не отвечай на вопросы через дверь
* Если кто – то пытается ворваться в квартиру, звони в милицию а затем открой окно и кричи, зови на помощь
* Если люди в автомобиле спрашивают тебя, как куда-нибудь доехать, – не подходи близко и ни в коем случае не соглашайся сопроводить их даже если тебе по пути
* Никто не имеет право прикасаться к тебе. Не стесняйся сказать это тому, кто это попробует сделать
* Если кто - то испугал тебя, сразу иди в безопасное место, туда, где много людей
* Всегда настаивай на получении разрешения от родителей, если тебя куда-нибудь приглашают

**Советы для подростков**

* НЕ УБЕГАЙ ИЗ ДОМА! Если жизнь дома невыносима, поговори с преподавателем, или кем-то кого ты уважаешь. Как только ты убежишь из дома ты окажешься в руках людей, которые попробуют использовать тебя в наркобизнесе, порнографии или проституции
* Будь очень осторожен с людьми, предлагающими свою дружбу. Помни, что, когда ты чувствуешь себя одиноким или угнетенным, вы – простая цель для негодяя, который притворно будет заботиться о тебе
* Никогда не принимай приглашения в безлюдные или неизвестные места. Будь осторожен с людьми, предлагающими тебе работу со слишком хорошей оплатой. Если хочешь подработать, найди работу через знакомых.
* Никогда не соглашайся, чтобы тебя фотографировали незнакомые люди, даже если они обещают сделать тебя знаменитым и говорят, что все знаменитости так начинали
* Никогда не садись в автомобиль с незнакомцами
* Гуляй в группах или с другом
* Всегда сообщай родителям, где Вы с друзьями собираетесь быть, и сообщай им об изменении планов
* Никто не имеет право прикасаться к тебе без твоего согласия. Не стесняйся сказать это тому, кто это попробует сделать
* Доверься интуиции, если тебе страшно, значит, на это есть причины

**Советы для самых маленьких**

* Никогда не садись в автомобиль с незнакомым человеком. Если кто – то об этом просит – немедленно расскажи родителям
* Всегда играй в компании друзей
* Никогда не принимай подарки (сладости) от незнакомцев без разрешения старших.
* Никогда не соглашайся, куда-либо идти в сопровождении незнакомых людей
* Кричи со всей силы, если кто-то хочет тебя заставить сесть в автомобиль или куда-то идти
* ·Запомни свой адрес и номер телефона (включая код города), телефон 102
* Всегда носи с собой список рабочих телефонов родителей
* Запомни секретный пароль, и соглашайся идти только с людьми, которые знают пароль
* Никогда не позволяй кому-то прикасаться к тебе. Сразу расскажи старшим, если это случилось
* Помни, что твои родители любят тебя и никогда не накажут за сообщение правды
* В случае нападения беги к зданию с вывеской «Здесь можно вызвать милицию».

**Советы для детей младших классов**

* Всегда сообщай родителям, куда ты идешь
* Всегда гуляй в компании друзей
* Не ходи с друзьями в безлюдные места ночью
* Не принимай подарков от незнакомцев
* Если кто - то предлагает сопровождать тебя – спроси разрешения

у  родителей

* Если испугался – беги к людям
* Ни с кем не обсуждай своих проблем, как бы плохо тебе не было
* Не открывай никому дверь и не отвечай на вопросы через дверь
* Если кто – то пытается ворваться в квартиру, звони в милицию а затем открой окно и кричи, зови на помощь
* Если люди в автомобиле спрашивают тебя, как куда-нибудь доехать, – не подходи близко и ни в коем случае не соглашайся сопроводить их даже если тебе по пути
* Никто не имеет право прикасаться к тебе. Не стесняйся сказать это тому, кто это попробует сделать
* Если кто - то испугал тебя, сразу иди в безопасное место, туда, где много людей
* Всегда настаивай на получении разрешения от родителей, если тебя куда-нибудь приглашают

**Советы для подростков**

* НЕ УБЕГАЙ ИЗ ДОМА! Если жизнь дома невыносима, поговори с преподавателем, или кем-то кого ты уважаешь. Как только ты убежишь из дома ты окажешься в руках людей, которые попробуют использовать тебя в наркобизнесе, порнографии или проституции
* Будь очень осторожен с людьми, предлагающими свою дружбу. Помни, что, когда ты чувствуешь себя одиноким или угнетенным, вы – простая цель для негодяя, который притворно будет заботиться о тебе
* Никогда не принимай приглашения в безлюдные или неизвестные места. Будь осторожен с людьми, предлагающими тебе работу со слишком хорошей оплатой. Если хочешь подработать, найди работу через знакомых.
* Никогда не соглашайся, чтобы тебя фотографировали незнакомые люди, даже если они обещают сделать тебя знаменитым и говорят, что все знаменитости так начинали
* Никогда не садись в автомобиль с незнакомцами
* Гуляй в группах или с другом
* Всегда сообщай родителям, где Вы с друзьями собираетесь быть, и сообщай им об изменении планов
* Никто не имеет право прикасаться к тебе без твоего согласия. Не стесняйся сказать это тому, кто это попробует сделать
* Доверься интуиции, если тебе страшно, значит, на это есть причины.

**Памятка (подростку)**

Если вы не хотите стать жертвой насилия, соблюдайте несколько правил:

      1. Собираясь провести вечер в незнакомой компании, возьмите с собой приятеля, в котором вы уверены.

      2. В начале вечеринки предупредите всех, что не уйдете не попрощавшись. Если вы покидаете компанию с кем-то, то скажите друзьям, с кем.

      3. Доверяйте своей интуиции. Если вы ощущаете психологический дискомфорт, то это может быть потому, что вы не чувствуете себя в безопасности.

      4. Установите для себя четкие пределы: чего вы хотите, а чего не позволите.

      5. Сохраняйте способность принимать ясные решения и правильно реагировать в любой ситуации.

      6. Ведите себя уверенно. Вы имеете право думать и заботиться о себе, даже если этим вы можете задеть чувство другого.

      7. Если есть возможность, чтобы вас встретили или забрали с вечеринки, то воспользуйтесь ею (это придаст вам большей уверенности, и вы сможете лучше контролировать свои действия). Не пользуйтесь в одиночку услугами частного транспорта. В этом случае попросите провожающего запомнить или записать номер автомашины.

      8. Нет совершенно верных способов защиты от потенциального сексуального насилия. Но существуют тревожные для вас знаки, которые могут насторожить, например неуважение к человеку, нарушение его личного пространства. Будьте осторожны, если кто-то: находится к вам слишком близко и получает удовольствие от дискомфорта, который вы в связи с этим испытываете; пристально смотрит на вас и демонстративно разглядывает; не слушает того, что вы говорите, и игнорирует ваши чувства; ведет себя с вами как хороший знакомый, хотя это не так.      Обращая внимание на знаки подобного рода, вы можете уменьшить риск подвергнуться насилию не только на вечеринке, но и в других местах. Такая ситуация может сложиться, когда вы встречаетесь с кем-то впервые, идете в кино или на дискотеку, находитесь в компании друзей или знакомых.

   9.   Если вы находитесь с кем-то, кто заставляет вас чувствовать себя дискомфортно, кто игнорирует ваши чувства или выказывает неуважение к вам каким-то другим способом, лучше немедленно прервать отношения с этим человеком.

**Памятка родителям**

**Прежде чем применить физическое наказание к ребенку, остановитесь!**

*Физические наказания:*

1.Преподают ребенку урок насилия

2. Они нарушают безусловную уверенность, в которой нуждается каждый ребенок - что он любим

3. В них содержится ложь: притворяясь, будто решают педагогические задачи, родители, таким образом, срывают на ребенке свой гнев. Взрослый бьет ребенка только потому, что его самого били в детстве

4. Физические наказания учат ребенка принимать на веру противоречивые доказательства: "Я бью тебя для твоего собственного блага". Мозг ребенка хранит эту информацию

5. Они вызывают гнев и желание отомстить, желание это остается вытесненным, и проявляется только позже.

6. Они разрушают восприимчивость к собственному страданию и сострадание к другим, ограничивая, таким образом, способность ребенка познавать себя и мир.

**Какой урок из этого выносит ребенок?**

1.Ребенок не заслуживает уважения.  
2. Хорошему можно научиться посредством наказания (оно обычно учит ребенка желанию наказывать, в свою очередь других).  
3. Страдание не нужно принимать близко к сердцу, его следует игнорировать (это опасно для иммунной системы).  
4. Насилие - это проявление любви (на этой почве вырастают многие извращения).  
5. Отрицание чувств - нормальное здоровое явление.  
6. От взрослых нет защиты.

**Каким образом проявляется вытесненный гнев у детей?**

1.Насмешками над слабыми и беззащитными  
2.Драками с одноклассниками  
3.Унижением девочек, символизирующих мать  
4. Плохим отношением к учителю  
5. Выбором телепередач и видеоигр, дающих возможность заново испытать вытесненные чувства ярости и гнева.