***Для профилактики жестокого обращения с детьми, старайтесь уделять им как можно больше внимания и времени:***

- общайтесь с детьми, интересуйтесь их проблемами и заботами, кругом общения;

- постарайтесь обеспечить с ребенком постоянную связь для того чтобы знать о его местонахождении

- попросите ребенка составить список друзей, одноклассников или других знакомых из его круга общения с указанием мобильных телефонов и домашних адресов.

- обращайте внимание на физиологическое состояние вашего ребенка - его зрачки, кожный покров и т.д.;

- обращайте внимание на психическое состояние ребенка – как оно изменилось - не стал ли он более замкнут, неразговорчив, не заплакан ли? Постарайтесь выяснить в мягкой форме причины подобного поведения.

 - расскажите ребенку об основных правилах поведения в различных местах и случаях, обговаривайте с ним возможные ситуации - как себя вести с навязчивыми незнакомцами, заходить ли в лифт с посторонними людьми и т. д.;

- Ребенок обязательно должен  выучить свой домашний адрес и телефон. Желательно, чтобы адрес, телефон и группа крови ребенка должны быть записаны хотя бы в его дневнике, если он уже ходит в школу;

- если ребенок уходит гулять, Вы должны знать куда, к кому идет ребенок, как его можно найти;

Постарайтесь убедить ребенка, что призыв о помощи - это не свидетельство трусости, а необходимое средство защиты, а то и спасения.

**Памятка для родителей**

**Как уберечь детей от насилия.**

В любой день наши дети могут оказаться в сложной и опасной ситуации. Об этом нужно помнить всегда. И важнейшим долгом родителей является обеспечение безопасности и здоровья детей, предупреждение подобных ситуаций.



***Что могут сделать родители для того, чтобы уберечь своего ребенка от насилия?***

На практике были случаи, когда сами насильники уверяли, что «ничего такого» они не делали, и ребенок всё выдумал. Родителям в этом случае важно знать, что дети редко лгут об этом.

*Как определить, что с ребенком произошло что-то серьезное?*

У ребенка, ставшего жертвой сексуального насилия, часто серьезно меняется поведение.

Насторожитесь, если:

- ребенок без причины стал слишком тревожен, плохо спит, ему снятся кошмары или он кричит по ночам;

- появилось нарушение привычек (к примеру, энурез), ребенок жалуется на зуд или боль в области гениталий;

- у детей (как правило, маленьких) может проявится страх при виде взрослого с определенной фигурой или цветом волос;

- очевидное нежелание оставаться наедине с кем-то из знакомых взрослых или членов семьи (к сожалению, и такие случаи нередки);

Не всегда сохранение секрета насилия сопровождается запугиванием. Бывает, насильник пытается переложить чувство вины за случившееся на ребенка, «бьет на жалость», близкий родственник может просить молчать, «потому что его посадят в тюрьму».

*Если вы обнаружили, что ребенок подвергся насилию:*

В первую очередь, сохраняйте спокойствие. От вашей реакции во многом зависит, как ребенок переживет ситуацию. Не осуждайте его, ведь он ни в чем не виноват. Если вашей реакцией будут гнев или осуждение, это нанесет ему еще большую травму. Спокойно и внимательно выслушайте ребенка, покажите, что понимаете всю тяжесть его переживаний. Успокойте, скажите, что он ни в чем невиноват, дайте понять, что вы его любите. Постарайтесь узнать факты, но не вымогайте сведения насильно, ребенок должен все рассказать добровольно. Ошибкой будет говорить что-то вроде «ничего страшного не случилось, все пройдет».

Обсудите с ребенком (если конечно это можно сделать в силу его возраста), что вы собираетесь делать, и согласен ли он пойти к психологу, в милицию. Не заставляйте делать того, к чему ребенок еще не готов, лучше помогите ему обрести прежний образ жизни. Позвоните по телефону доверия – вам подскажут, куда вы сможете обратиться в этой ситуации.

Обращаться в милицию – или нет…

 Этот вопрос каждый решает сам. Конечно, с одной стороны, хочется побыстрее забыть этот кошмар, но с другой – если не призвать насильника к ответу – сколько еще жизней он покалечит?

