**Памятка для родителей по половой неприкосновенности несовершеннолетних**

***Уважаемые родители!***

Эта памятка предназначена для Вас, т.к. Вы - самый близкий для ребенка человек, который может помочь предотвратить насилие и посягательства на половую неприкосновенность детей и подростков.

Избежать насилия можно, но для этого помогите ребенку усвоить

**«Правило пяти «нельзя».**

***«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.

***Научите ребенка всегда отвечать «Нет!»***

- Если ему предлагают зайти в гости или подвезти до дома, пусть даже это соседи.

- Если за ним в школу или детский сад пришел посторонний, а родители не предупреждали его об этом заранее.

- Если в отсутствие родителей пришел незнакомый (малознакомый) человек и просит впустить его в квартиру.

- Если незнакомец угощает чем-нибудь с целью познакомиться и провести с тобой время.

***Как понять, что ребенок или подросток подвергался сексуальному насилию?***

- Вялость, апатия, пренебрежение к своему внешнему виду;

- Постоянное чувство одиночества, бесполезности, грусти, общее снижение настроения;

- Уход от контактов, изоляция от друзей и близких или поиск контакта с целью найти сочувствие и понимание;

- Нарушение умственных процессов (мышления, восприятия, памяти, внимания), снижение качества выполняемой учебной работы;

- Отсутствие целей и планов на будущее;

- Чувство мотивированной или немотивированной тревожности, страха, отчаяния;

- Пессимистическая оценка своих достижений;

- Неуверенность в себе, снижение самооценки.

- Проблемы со сном, кошмары, страх перед засыпанием.
- Головные боли, боли в желудке, соматические симптомы.
- Повышенная агрессивность и (или) высокая активность (гиперактивность).
- Постоянная тревога по поводу возможной опасности или беспокойство по поводу безопасности любимых людей.
- Признаки, связанные со здоровьем: повреждения генитальной, анальной областей, в том числе нарушение целостности девственной плевы; следы спермы на одежде, коже, в области половых органов, бедер; наличие заболевания, передающегося половым путем, недержание кала («пачкание одежды»), энурез,  беременность.
- Нежелание общения и неучастие в играх и любимых занятиях.
             Перечисленные проблемы могут появиться в школе, дома либо в любой знакомой обстановке, когда ребенок или подросток видит или слышит о насилии.

***Поддержите ребенка или подростка в трудной ситуации.***

— Исцеление начинается с общения. Заботливый взрослый — самый лучший фактор, который поможет ребенку чувствовать себя в безопасности.

— Разрешите ребенку рассказывать. Это помогает сказать о жестокости в их жизни взрослому, которому дети доверяют.

— Дайте простое и ясное объяснение страшным происшествиям. Малыши чувствуют иначе, чем взрослые. Они не понимают истинных причин жестокости и часто обвиняют себя.

— Формируйте самооценку детей. Дети, живущие в атмосфере насилия, нуждаются в ежедневном напоминании, что они любимы, умны и важны.

— Обучайте альтернативе жестокости. Помогите детям решать проблемы и не играть в жестокие игры.

— Решайте все проблемы без жестокости, проявляя уважение к детям.

Педофилия в последнее время стала серьезной проблемой. Поэтому надо принять все меры, чтобы защитить хотя бы собственных детей. Как уберечь ребенка от беды? От педофила может пострадать как девочка, так и мальчик. Пол ребенка для него не имеет большого значения.

***Берегите своих детей!***