

## **Родительское собрание на тему: «Слагаемые детской безопасности – убереем детей от насилия»**

### **Цель собрания:**

- актуализировать проблему сохранения жизни и здоровья детей;
- познакомить родителей с правилами безопасного поведения в различных жизненных ситуациях, для формирования у них чувства ответственности за безопасность своих детей.

### **Задачи:**

- определить роль родителей в формировании навыков безопасного поведения и сохранении жизни и здоровья детей;
  - познакомить родителей с нормативно-правовой базой
  - показать родителям на примере статистики актуальность обсуждаемой проблемы;
  - обозначить возможные опасности для ребенка школьного возраста
  - обсудить с родителями возможные пути предупреждения насилия по отношению к детям
- выхода из трудных жизненных ситуаций;
- способствовать формированию у родителей соответствующих компетенций.

## **Структура собрания**

### **Ход собрания:**

#### **Введение**

Уважаемые родители, сегодняшнее собрание посвящено одной из актуальных проблем - детской безопасности, для сохранения жизни и здоровья детей.

Важнейшая задача семьи и школы - научить ребенка ответственно относиться к себе и окружающим людям, уметь предвидеть и распознавать опасности, соблюдать несложные правила личной безопасности, выработать модели поведения в экстремальных ситуациях.

Проблема безопасности детей сегодня является одной из самых серьезных и актуальных, т.к. опасность подстерегает наших детей везде, где может находиться ребёнок.

Основная ответственность взрослых по отношению к детям – это обеспечение безопасной среды, в которой дети могут жить и развиваться без угрозы для их жизни и здоровья. Поэтому мы всегда должны быть во всеоружии, чтобы суметь предотвратить те угрозы, которые могут негативно отразиться на здоровье и жизни детей.

Сексуальное насилие, совершаемое по отношению к ребенку, по своим последствиям относится к самым тяжелым психологическим травмам.

#### **Нормативно-правовая база**

**1. Конвенция о правах ребенка** принятой резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.10.1989 г.

#### **Статья 19.**

- Государства - участники принимают все необходимые законодательные, административные, социальные и просветительные меры с целью защиты ребенка от всех форм физического или психологического насилия, оскорбления или злоупотребления, отсутствия заботы или небрежного обращения, грубого обращения или эксплуатации, включая сексуальное злоупотребление, со стороны родителей, законных опекунов или любого другого лица, заботящегося о ребенке.

- Такие меры защиты, в случае необходимости, включают эффективные процедуры для разработки социальных программ с целью предоставления необходимой поддержки ребенку и лицам, которые о нем заботятся, а также для осуществления других форм предупреждения и выявления, сообщения, передачи на рассмотрение, расследования, лечения и последующих мер в связи со случаями жестокого обращения с ребенком, указанными выше, а также, в случае необходимости, для возбуждения судебной процедуры.

#### **Статья 34.**

Государства - участники обязуются защищать ребенка от всех форм сексуальной эксплуатации и сексуального совращения. В этих целях государства - участники, в частности, принимают на национальном двустороннем и многостороннем уровнях все необходимые меры для предотвращения:

- а) склонения или принуждения ребенка к любой незаконной сексуальной деятельности;
- б) использования в целях эксплуатации детей в проституции или в другой незаконной сексуальной практике;
- с) использования в целях эксплуатации детей в порнографии и порнографических материалах.

**2. Закон Российской Федерации** от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»

**Глава II.** Основные направления обеспечения прав ребенка в Российской Федерации

**3. Закон Российской Федерации** от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

**Статья 34.** Основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования:

- **ч.1 п. 9:** обучающимся предоставляются академические права на уважение человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности, охрану жизни и здоровья;

**Статья 41.** Охрана здоровья обучающихся:

- **ч.1 п.8:** обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

- **ч.4 п.1:** организации, осуществляющие образовательную деятельность обеспечивают наблюдение за состоянием здоровья обучающихся.

**4. Уголовный кодекс Российской Федерации (УК РФ):**

- Развратные действия сексуального характера без применения насилия

(**статья 135** УК РФ);

- Изнасилование (**статья 131** УК РФ);

- Насильственные действия сексуального характера: педофилия и инцестные действия (**статья 132** УК РФ);

- Понуждение к действиям сексуального характера: вовлечение в проституцию и порнографию (**статья 132** УК РФ).

**5. Семейный кодекс РФ:**

— право ребенка на уважение его человеческого достоинства (**статья 54**);

— право ребенка на защиту и обязанности органа опеки и попечительства принять меры по защите ребенка (**статья 56**);

— лишение родительских прав как меру защиты детей от жестокого обращения с ними в семье (**статья 69**);

— немедленное отобрание ребенка при непосредственной угрозе жизни и здоровью **(статья 77)**.

### **Статистика**

По оценкам Центра социальной и судебной психиатрии им. Сербского, органы внутренних дел в России ежегодно регистрируют 7–8 тысяч случаев сексуального насилия над детьми, по которым возбуждаются уголовные дела (Догадина, Пережогин, 2000). Но в реальности эти показатели значительно выше.

Несмотря на существующий стереотип, среди всех случаев насилия над детьми 75–90% (по разным источникам) насильников знакомы детям, и только 10–25% случаев насилия совершается незнакомыми людьми. В 35–45% случаев насильником является родственник, а в 30–45% – более дальний знакомый.

В то же время только 2% жертв внутрисемейного и 6% жертв внесемейного насилия сообщают о случаях насилия властям. Следовательно, в приведенные выше данные входят лишь те случаи насилия, о которых жертвы сами решили рассказать. Реальные же цифры гораздо больше (Meichenbaum, 1994).

Обычно жертвами сексуального порочного отношения являются дети моложе 12 лет, но чаще всего – в возрасте 3–7 лет. Маленький ребенок еще не понимает происходящего, его легче запугать, склонить к тому, чтобы он никому не говорил о том, что произошло (то есть заключить «договор молчания»). Также совершивший насилие взрослый надеется, что в этом возрасте ребенок еще не способен описать произошедшее словами. Поскольку фантазии маленького ребенка зачастую смешаны с реальностью, то, вероятно, его рассказу не поверят, даже если он что-то об этом и расскажет. Сексуальному насилию в возрасте до 14 лет обычно подвергаются 20–30% девочек и 10% мальчиков. Мальчики чаще, чем девочки, подвергаются насилию в более раннем возрасте. Хотя в общей сложности сексуальное насилие над мальчиками встречается в 3–4 раза реже, чем над девочками (Черепанова, 1996).

**Сексуальное насилие или развращение** - это вовлечение ребенка с его согласия или без такового в прямые или косвенные акты сексуального характера с взрослым с целью получения последним сексуального удовлетворения или выгоды. В результате таких действий наносится вред физическому и психическому здоровью ребенка, его психосексуальному развитию, и появляются отклонения в поведении, затрудняющие социальную адаптацию.

В первом случае факты насилия обнаруживаются случайно. Причиной такого раскрытия может стать нечаянный свидетель (третье лицо); иногда – раны и повреждения на теле, не соответствующие объяснениям ребенка; венерические заболевания; беременность и т. д. В этом случае ни насильник, ни жертва не готовы к раскрытию. И, как это ни парадоксально, жертва может отреагировать негативно на попытки изменить ситуацию и оказать ей помощь.

Чаще же факт насилия раскрывается, когда ребенок сам решает рассказать о случившемся. Обычно первым человеком, кому ребенок решает рассказать об этом, является другой ребенок – ровесник. Реже дети рассказывают о случившемся родителям и другим взрослым.

В случае сексуального насилия можно обнаружить и физические признаки произошедшего, и изменения в поведении ребенка. Телесные симптомы обычно связаны с тем, каким образом осуществляется с ребенком половой акт или другая форма насилия.

Оральные симптомы: экзема; дерматит; герпес на лице, губах, в ротовой полости; кроме того, отказ от еды (анорексия); переедание (булимия).

Анальные симптомы: повреждения прямой кишки; покраснение ануса; варикозные

изменения; ослабление сфинктера; запоры.

Вагинальные симптомы: нарушение девственной плевы; расширение влагалища; свежие повреждения (раны, ссадины); сопутствующие инфекции.

Кроме этого, физическими симптомами сексуального насилия над ребенком являются:

- порванное, запачканное или окровавленное нижнее белье;
- гематомы (синяки) в области половых органов;
- кровотечения, необъяснимые выделения из половых органов;
- гематомы и укусы на груди, ягодицах, ногах, нижней части живота, бедрах;
- боль в животе;
- повторяющиеся воспаления мочеиспускательных путей;
- венерические болезни;
- неожиданная беременность (если несовершеннолетняя девушка отказывается назвать отца ребенка или беременность у девочек от 9 лет с недостаточным уровнем психосексуального развития).

Признаками перенесенного сексуального насилия являются различные изменения в поведении, некоторые из них можно рассматривать и как первые проявления посттравматического синдрома:

а) изменения в проявлениях сексуальности:

- чрезвычайный интерес к играм сексуального содержания;
- поразительные для этого возраста знания о сексуальной жизни;
- соблазняющее поведение по отношению к противоположному полу и взрослым;
- сексуальные действия с другими детьми (начиная с младшего школьного возраста);
- необычная сексуальная активность: сексуальное использование младших детей; мастурбация (начиная с дошкольного возраста); трение половыми органами о тело взрослого; проституция.

б) изменения в эмоциональном состоянии и общении:

- замкнутость, изоляция, уход в себя;
- депрессивность, грустное настроение;
- отвращение, стыд, вина, недоверие, чувство собственной испорченности;
- частая задумчивость, отстраненность (с дошкольного возраста);
- истерическое поведение, быстрая потеря самоконтроля;
- трудности в общении с ровесниками, избегание общения с ними, отсутствие друзей своего возраста или отказ от общения с прежними друзьями;
- отчуждение от братьев и сестер;
- терроризирование младших детей и сверстников;
- жестокость по отношению к игрушкам (у младших детей);
- амбивалентные чувства к взрослым (начиная с младшего школьного возраста).

в) изменения мотивации ребенка, социальные признаки:

- неспособность защитить себя, непротивление насилию и издевательствам над собой, смирение;
- резкое изменение успеваемости (хуже или гораздо лучше);
- прогулы в школе, отказ и уклонение от обучения;
- принятие на себя родительской роли в семье (по приготовлению еды, стирке, мытью, ухаживанию за младшими и их воспитанию);
- отрицание традиций своей семьи вследствие несформированности социальных ролей, вплоть до ухода из дома (характерно для подростков).

г) изменения самосознания ребенка:

- снижение самооценки;
- мысли о самоубийстве, попытки самоубийства.

д) появление невротических и психосоматических симптомов:

- боязнь оставаться в помещении наедине с определенным человеком;
- боязнь раздеваться (например, может категорически отказаться от участия в занятиях физкультурой или плаванием или снимать нижнее белье во время медицинского осмотра);
- головная боль, боли в области желудка и сердца.

**Насилие над детьми в семье** – умышленное действие или бездействие родителей, наносящее ущерб физическому или психическому развитию ребенка (Б.М. Бим-Бад).

Сегодня специалисты различают следующие основные формы жестокого обращения и пренебрежения детьми:

- физическое насилие;
- сексуальное насилие или развращение;
- психологическое (эмоциональное) насилие;
- пренебрежение основными нуждами ребенка (моральная жестокость).

Самая тяжелая по своим последствиям форма сексуального насилия – инцест, или кровосмешение, когда сексуальное насилие по отношению к ребенку совершается близким родственником. Подобные сексуальные злоупотребления являются признаком нарушенного функционирования семьи.

Бытует мнение, что инцест не является насильственным по отношению к ребенку, поскольку он не всегда включает в себя применение силы или прямое принуждение. Зачастую дети добровольно соглашаются на те или иные сексуальные действия. Причин этому много, например доверие и любовь к насильнику, страх потерять его расположение.

Маленькие дети могут считать, что такие отношения нормальны и приемлемы между любящими взрослым и ребенком. Некоторые жертвы рассказывают о том, что они понимали неправильность всего того, что с ними происходило, но не хотели терять то эмоциональное тепло, которое получали от насильника в обмен на согласие и молчание. Кроме того, сохранение тайны может поддерживаться за счет угроз и дезинформации. Как правило, насильник не применяет физической силы, но может угрожать побоями или смертью самому ребенку или человеку, которого ребенок любит.

В такой семье слабые коммуникативные связи, часто дети и другие члены семьи догадываются о насилии, но ждут, что все прекратится само собой. Проблемы в семье не решаются, вследствие этого накапливается напряжение. Дети подвергаются триангуляции, «включаются в треугольник», как правило, служат медиатором в отношениях взрослых и поэтому становятся и жертвами, и созависимыми от ситуации в семье: им отведена роль утешителей или ответственных' за сохранение семьи. Поэтому они привыкли беспрекословно подчиняться взрослым. Но обслуживание потребностей взрослых далеко не всегда ограничивается эмоциональной сферой. Напряжение в семье достигает апогея.

В семье, где происходит сексуальное насилие, может быть несколько детей, и если раскрытия длительное время не происходит, все дети могут быть жертвами последовательно или одновременно. Часто дети не осознают, что их братья и сестры тоже жертвы, т. к. их переживания сосредотачиваются на себе. В том случае, если только один ребенок из нескольких подвергается насилию, другие дети замечают особое отношение к нему, но не могут понять причин.

Методы воздействия на жертву в целях сохранения тайны обеспечивают насильнику безопасность, а жертве не позволяют защитить себя, но у жертвы всегда есть выбор.

Во многих случаях она предвидит агрессию против себя, но по каким-то причинам ведет себя пассивно, даже не пытаясь оказать сопротивление.

Чтобы ваш ребенок смог правильно оценить ситуацию и принять нужное решение, с ним нужно разбирать различные ситуации, в которых он может оказаться.

Разбор ситуации начните с того, что предложите ребенку решить простую задачу: что он будет делать, если вдруг к нему на улице подойдет незнакомец и попросит проводить или помочь поднять рюкзак, который он оставил за углом.

Дайте возможность ребенку рассуждать, не перебивайте его, если вы боитесь забыть что-то из сказанного ребенком, сделайте пометки, а потом уже вместе разберите, какие ошибки были допущены в ходе рассуждения, и чем они могут обернуться в конкретной ситуации.

### **Если ваш ребенок (подросток) говорит вам, что подвергается насилию, то:**

1. Если ваш ребенок подвергся сексуальному насилию, не ведите себя так, как будто он совершил нечто ужасное, после чего жизнь невозможна.

2. Поверьте ему. Он не будет лгать о пережитом издевательствах, особенно если рассказывает очень эмоционально, с подробностями, эмоции соответствуют пережитому состоянию.

3. Сохраняйте спокойствие. От вашей реакции во многом зависит, как ребенок воспримет и переживет эту ситуацию.

4. Не осуждайте его. Ведь совершил насилие другой человек, а пострадал ваш ребенок.

5. Внимательно, спокойно и терпеливо выслушайте его, показывая, что понимаете всю тяжесть его страдания.

6. Поговорите с ребенком, постарайтесь узнать точные факты, но не давите, не вымогайте исповедь насильно. Внимательно вслушивайтесь в то, что ребенок говорит сам, добровольно. В разговоре с мальчиком лучше участвовать отцу, без присутствия матери.

7. Не преуменьшайте его боли, говоря, что "не случилось ничего страшного, все пройдет...".

8. Успокойте ребенка, дайте ему понять, что вы любите его и ни в чем не обвиняете, избавьте его от чувства стыда и вины. Не формируйте у своего ребенка комплекс вины за случившееся.

9. Будьте честны. Скажите ребенку, что вы собираетесь сделать, и спросите, согласен ли он с вашими намерениями (например, пойти к врачу или в полицию).

10. Объясните ребенку, что о случившемся факте необходимо рассказать специалистам – психологу, врачу, необходимо обратиться в полицию, следственные органы. Объясните, что эти люди помогут сделать так, чтобы ребенок чувствовал себя в безопасности. Необходимо дать ребенку понять, что вы понимаете, что он чувствует, но вы не должны оставлять ребенка выбора.

11. Не отвергайте его: если он, обратившись к вам, встретит осуждение, страх, гнев, это может нанести ему более глубокую рану, чем само насилие.

12. Не обсуждайте при ребенке то, что произошло, тем более с посторонними и чужими людьми.

13. Ни в коем случае никогда не оставляйте нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья вашего ребенка

14. Если вы знаете, что ребёнок соседней подвергается насилию, избиванию со стороны родителей, немедленно сообщите об этом в полицию.

15. Если ваш ребёнок говорит о нездоровом интересе к нему ваших близких родственников, прислушайтесь к его словам, поговорите с ними, не оставляйте ребёнка один на один с ними, и если отношения зашли слишком далеко, расстаньтесь с этими людьми, нет ничего дороже счастья собственного ребёнка.

#### **Это важно помнить родителям!**

1. Выучите с ребёнком номера телефонов служб спасения, а также номера телефонов людей, которым вы доверяете.

2. Учите его рассказывать вам вечером не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах.

3. Каждую трудную ситуацию не оставляйте без внимания, анализируйте вместе с ним.

4. Обсуждайте с ним примеры находчивости и мужества детей, сумевших выйти из трудной жизненной ситуации.

5. Не иронизируйте, если ребенок в какой-то ситуации оказался слабым физически и морально. Помогите ему и поддержите его, укажите ему возможные пути, решения, возникшей проблемы.

6. Если проблемы связаны с тем, что ваш ребенок слаб физически, запишите его в секцию какой-либо борьбы и интересуйтесь результатами занятий.

7. Если взрослые люди, из числа ваших знакомых и друзей вызывают у вас опасения в отношении вашего ребенка, проверьте свои сомнения и не стесняйтесь разорвать с ними отношения.

8. Постарайтесь удовлетворить любознательность и любопытство ребенка, предупреждая его вопросы заранее, а не после того, как он получил информацию из третьих рук.

9. Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок с раннего детства усвоил то, что ему разрешается, и то, на что налагается абсолютный запрет.

10. Учите ребенка предполагать последствия своих поступков, сформируйте у него потребность ставить вопрос типа: что будет, если...

11. Уважайте своего ребёнка, не делайте сами и не позволяйте другим заставлять ребёнка делать что-то против его воли.

12. Отец должен поговорить обо всех интересующих сына вопросах относительно половой жизни, объяснить, как предохраняться.

13. Мать должна объяснить девочке, как ей вести себя с противоположным полом, о средствах контрацепции.

#### **Безопасность в общественных местах.**

- Безопасность в общении с посторонними!

Ребенок может попадать в опасные ситуации при контактах с посторонними. В каждой семье должны быть установлены правила безопасности, которые помогут детям избежать беды, когда они остаются дома одни или же находятся вне его:

- входная дверь должна быть захлопнута и закрыта на замок. Нельзя открывать дверь посторонним, даже если это почтальон, милиционер или водопроводчик;

- самым безопасным ответом ребенка по телефону, когда он дома один, может быть фраза, что мама и папа заняты, вместо того, чтобы говорить звонящему, что родителей нет дома;

- несовершеннолетний должен знать, кому из друзей или соседей он может позвонить в отсутствие родителей и взрослых, если он испугается или окажется в критической ситуации;

- рядом с телефонным аппаратом следует поместить номера телефонов экстренных служб;

- нужно научить ребенка пользоваться телефоном-автоматом, знать номер домашнего телефона и почтовый адрес;
- если ребенок регулярно ходит в определенные места (школа, магазин, спортивная секция и т.п.), необходимо вместе с ним выбрать наиболее безопасный маршрут;
- выучает и использование в семье пароля безопасности. При этом важно выбрать легко запоминающееся слово, которое несовершеннолетний будет использовать в качестве сигнала, что он оказался в опасности и нуждается в помощи и пр.

#### **Что дети должны знать, чтобы защитить себя.**

- сказать взрослому – НЕТ, если кто-то хочет потрогать тебя. И сообщить об этом взрослому, которому ты доверяешь. Никто не имеет права трогать тебя.
- возвращаясь, домой после занятий в темное время суток, выбирать наиболее освещенные пути к дому, даже, если они будут длиннее.
- не заходить в лифт с незнакомыми людьми, даже если они предлагают ехать вместе и начинают Вас высмеивать из-за отказа.
- если Вы замечаете, что за Вами долгое время идет один и тот же человек, и преследует Вас, необходимо зайти в магазин или в другое общественное помещение и попросить охранника или кого-то из взрослых помочь Вам дойти до дома или попросите возможности позвонить домой, чтобы родители, забрали Вас из этого места. До приезда родителей, не выходите из магазина или другого общественного места;
- не ходить по краю тротуара, так как насильник может ехать в машине, остановить ее, схватить тебя и увезти в машине.
- знать, какие приманками могут пользоваться чужие люди, чтобы сексуально использовать тебя. Например:  
 «Я могу угостить тебя мороженым, пойдем со мной». Отказаться и сообщить родителям.  
 «Я могу купить тебе музыкальный диск, пойдем со мной». Отказаться и сообщить родителям.  
 «Я заплачу тебе, если ты мне поможешь донести эти книги». Отказаться и предложить найти для такой помощи взрослых и сообщить родителям.  
 «Твоя мама попала в аварию и послала меня за тобой». У Вас и родителей должно быть секретное слово, по которому Вы можете довериться незнакомцу, если он назовет это секретное слово.

Если все-таки ты или кто-то из твоих знакомых подверглись нападению или сексуальному насилию, НЕОБХОДИМО:

- рассказать о происшедшем родителям или взрослым, которым ты доверяешь,
- обратиться в травматологический пункт для оказания медицинской помощи и получения заключения о травме или травмах (независимо от того, какое насилие над тобой было совершено: физическое или сексуальное),
- обратиться в милицию при поддержке взрослых или родителей с целью подать заявление о факте нападения или сексуального насилия.

#### **Места, где преступники поджидают своих жертв:**

##### **В лифте!**

- Входи в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который вслед за тобой зайдет в кабину.
- Если в вызванном лифте уже находится незнакомый человек, не входи в кабину.
- Не входи с незнакомым человеком в лифт.

- Если незнакомец всё-таки зашёл в лифт, не стой к нему спиной и наблюдай за его поведением.

- При подозрительном поведении незнакомца нажимай кнопку ближайшего этажа.

- Оказавшись в безопасности, немедленно позвони в милицию, сообщи, что произошло, точный адрес, а так же приметы и направление, куда ушёл нападавший.

- Если насильник зажимает тебе рот и снимает одежду, не угрожай, не плачь, сохраняй спокойствие, разговаривай с насильником.

- Если можешь - защищайся любыми способами, если представилась возможность бежать, не собирай вещи, убегай.

### **В подъезде!**

- Подходя к дому, обратите внимание, не идёт ли кто-либо следом. Если кто-то идёт - не входи в подъезд. Погуляй на улице 15-20 минут, если незнакомый продолжает идти следом, расскажи о нём любому взрослому, идущему навстречу.

- Если в доме есть домофон, перед входом в подъезд вызови свою квартиру и попроси родителей встретить.

- Если незнакомый уже находится в подъезде, сразу же выйди на улицу и дождись, когда в подъезд войдёт кто-то из взрослых жильцов дома.

- Не выходи на лестницу в позднее время. Мусор лучше выносить утром.

- При внезапном нападении оцени ситуацию и по возможности убегай или защищайся любым способом.

### **В чужой машине!**

Машина - это не только средство передвижения, она также может стать орудием преступника. Надо чётко знать, что садиться в чужую машину нельзя, даже если за рулём или в салоне сидит женщина. Чтобы не стать жертвой, оказавшись в чужом автомобиле, надо выполнять "Правила поведения в автомобиле":

- Если добираться на попутной машине, попроси сопровождающих записать номер машины, марку, фамилию водителя и сообщи об этом родителям.

- Если водитель начал проявлять сексуальный интерес, попроси остановиться. Если это требование не выполнено и машина не остановлена, то открой дверь или постарайся разбить окно, то есть сделай всё, чтобы привлечь к машине внимание других водителей. Если перекрёсток патрулируется, постарайся привлечь внимание сотрудников милиции.

- Не соглашайся на предложение водителя взять попутчиков, а если он настаивает, попроси проехать чуть дальше и выйди из машины.

- Не садись в машину, если в ней уже сидят пассажиры.

- Идя вдоль дороги, выбирай маршрут так, чтобы идти навстречу транспорту.

### **На улице!**

- Если приходится вечером идти в одиночку, шагай быстро и уверенно и не показывай страха, можно подойти к женщине, которая вызывает доверие, или к пожилой паре и идти рядом с ними.

- В общественном транспорте садись ближе к водителю или машинисту и выходи из вагона в последний момент, не показывая заранее, что твоя остановка следующая.

- Не голосуй на дороге и не отвечай на предложение подвезти или просьбу показать, как проехать туда-то. Ни в коем случае не садись в машину, чтобы показать дорогу.

- Не ходи в отдалённые и безлюдные места.

- Иди по улице в тёмное время в группе, вышедшей из транспорта.

- Переходи по подземному переходу в группе.

- Увидев впереди группу людей или пьяного, лучше перейди на другую сторону улицы или измени свой маршрут.

- Если автомобиль начинает медленно двигаться рядом, перейди на другую сторону дороги.

- Всегда предупреждай родственников о том, куда идёшь, и попроси их встретить в вечернее время.

**На улице даже днём детей подстерегает множество опасностей. Вот, что надо делать, если к тебе подойдёт незнакомец:**

- не жди, когда тебя схватят;

- если можешь, брось что-нибудь в лицо нападавшему (например, портфель, мешок с обувью или просто горсть мелочи), чтобы на некоторое время привести его в замешательство и отвлечь;

- убегай в сторону, где много людей;

- если тебе зажимают рот рукой, укуси за руку;

- используй любые подсобные средства: ручку, расческу, ключи (вонзи в лицо, в ногу, в руку нападающего), любой аэрозоль (направь струю в глаза), каблук (сильно топни каблуком по ноге нападающего);

- дерись изо всех сил, не размахивай беспорядочно руками. Надо причинить нападающему максимальную боль;

- как только он ослабит хватку - убегай.

Вы можете обратиться за квалифицированной и анонимной психологической помощью по телефону:

Единый общероссийский номер детского телефона доверия:  
**8-800-2000-122**

- Главное управление МЧС России по Республике Хакасия, телефон доверия  
8(3902) 29-92-33 (в случае ЧС);

**служба «Единый социальный телефон»:**

- по Республике Хакасия тел. 8-800-200-3902,

- в городе Абакане тел. 8(3902) 215-002;

- ГБУЗ РХ «Клинический психоневрологический диспансер»  
тел. 8(3902) 24-47-00, 24-20-00.

### Список использованной литературы:

1. Малкина-Пых И. Г., Экстремальные ситуации. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с. – (Справочник практического психолога).
2. <https://infourok.ru/pamyatka-dlya-roditeley-kak-obezopasit-svoih-detey-ot-prestupnikov-1235556.html>
3. Если вашим детям угрожает опасность: памятка для родителей /составитель следственное управление Следственного комитета Российской Федерации по Республике Хакасия с учётом рекомендаций «Общественного совета» при Следственном комитете Российской Федерации.
4. Насилие необходимо предотвратить: методические рекомендации по просвещению обучающихся о действиях в случаях насилия в семье и правилах поведения при общении с незнакомыми взрослыми/составитель Комитет образования ЕАО Областное государственное автономное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт повышения квалификации педагогических работников» ОО «Педагогическая ассоциация ЕАОРФ». -Биробиджан: ОблИПКПР, 2012. – 96 с.