

Памятка педагога-психолога для родителей о телесной безопасности детей

Что такое телесная безопасность?

Это право ребёнка на защиту своего тела и границ, личное пространство, которое он должен уважать и защищать.

Почему это важно?

Раннее понимание своего тела и границ помогает ребёнку:

- Чувствовать безопасность
- Развивать уверенность в себе
- Предотвратить случаи насилия и неприятных ситуаций
- Научиться говорить «нет» и обращаться за помощью

Как объяснять ребёнку?

- Говорите простым и понятным языком, учитывая возраст.
- Используйте названия частей тела, включая гениталии, чтобы не создавать табу.
- Объясните, что никто не имеет права к нему прикасаться без разрешения, даже знакомые и близкие.
- Обсуждайте разницу между хорошим и плохим прикосновением.

Как поддерживать чувство безопасности?

- Внимательно слушайте ребёнка, если он делится переживаниями.
- Поощряйте вопросы и обсуждения о теле и границах.
- Учите ребёнка говорить «нет», если чувствует дискомфорт.
- Объясните, что он всегда может обратиться к родителям или другому доверенному взрослому.

Признаки, на которые стоит обратить внимание

Если ребёнок:

- Стесняется определённых людей или мест
- Избегает общения или проявляет страх
- Проявляет необычное поведение или симптомы стресса

Что делать, если есть подозрения на нарушение?

- Оставайтесь спокойными и поддерживающими.
- Не обвиняйте ребёнка.
- Обратитесь к специалисту: школьному психологу, педагогу или врачу.
- Важно вовремя защищать и помогать ребёнку.
- Консультации педагога-психолога.

Помните, что ваша внимательность и поддержка – первая и самая важная защита для вашего ребёнка.