

Шаг 1: выстраивайте доверительные отношения

1

Слушайте без осуждения

Первая реакция на плохой поступок – понять а не кричать.

2

Давайте право выбора (секции, одежда, хобби)

Так реализуется потребность в самостоятельности без бунта

3

Используйте диалог вместо нравоучений

Обсуждайте мультфильмы, новости и жизненные ситуации

Шаг 2: учите безопасности без запугивания

1

«Не разговаривай с незнакомцем!»

Эта фраза почти не работает: преступником может оказаться знакомый. Лучшая стратегия «Уверенность + Осторожность»

2

Правило «чужой=посторонний»

«Чужие» – это все, кто не входят в безопасный список семьи, даже если это соседка.

На любое предложение ребенок должен отвечать: «Мне нужно спросить разрешение у родителей»

3

Объясните про телесные границы

Называйте части тела правильно. Объясните, что интимные места показывать и трогать никому нельзя, кроме мамы/папы/ врача в присутствии родителя.

Шаг 3: контролируйте цифровую среду

1

Мониторьте соцсети ребенка

Искренне интересуйтесь, какие группы смотрит ребенок, что он слушает и читает.

2

Расскажите про груминг

«Груминг» – вхождение в доверие через похвалу внимание и подарки.

Предупредите: предложение «лёгких денег», «работы» или «помощи» в интернете – почти всегда ловушка.

3

Сохранность личной информации

Научите не выкладывать адрес, номер школы и личные фото.

Шаг 4: развивайте навык говорить «НЕТ»

1

Взрослый не просит помощи у ребенка

Объясните: если взрослый (даже знакомый) просит помощи (искать щенка, донести сумку) – нормальный ответ «нет»

2

Отработка фраз дома

Вот несколько фраз, которые помогут детям не попасть в беду: «Я не могу, я спешу», «Меня ждут дома родители»

Шаг 5: отслеживайте красные флаги в поведении.

1

Ребенок стал скрытным

Обратите внимание на внешний вид ребенка: появились синяки, порванная одежда или резкая смена круга общения – это повод для спокойного разговора.

Не стыдите. Скажите: «Это не твоя вина ,я здесь, чтобы помочь тебе»

Что делать, если ребенок уже совершил проступок?

1

Возьмите «паузу», прогуляйтесь, прежде чем говорить.

2

Не спасайтесь от последствий. Если «сломал» – пусть «чинит». Ответственность учит лучше крика.

3

Разделите вину: «Мы справимся. Ты ошибся, но ты не один»