

# «СТОП УГРОЗА»

## Самозащита – чему и как научить ребенка



*Только практика, только тренировка, только повторение простых, но эффективных действий могут снять зажатость и сформировать навык отпора и уверенность в себе. На наш взгляд, такой опыт должен пройти каждый ребёнок.*

Каждый из нас, родителей, отпуская детей в школу, на прогулку, или даже в соседний магазин за углом, сталкивался с тревогой или паникой, если ребенок задержался, или не отвечает на звонки. Моментально в голове всплывают жуткие истории

похищений, нас одолевают сомнения и страхи, и, самое главное, мы не уверены в том, что наш малыш в опасной ситуации сможет вести себя правильно, постоять за себя, не поддаваться на типичные уловки преступников.

Предлагаем Вам то, что должен знать и уметь каждый ребенок, чтобы он мог не только предотвратить опасность, но и отпугнуть преступника в случае угрозы:

1. Иметь представление о добре и зле, о плохих и хороших людях, о своих и чужих и разделять свое поведение по отношению к хорошо знакомым людям и к посторонним.

2. Представлять, какого рода опасность может исходить от посторонних людей, знать о том, что преступник не будет нападать на ребенка в людном месте, а всегда попытается увести с собой обманом, вызвав доверие.

2. Чувствовать уверенность в своих силах, в своей способности оказать сопротивление – моральное и физическое.

3. Твердо знать, что любой посторонний человек, обратившийся к ребенку на улице, в подъезде, позвонивший в дверь или по телефону – может быть потенциально опасен. Чужой не должен подходить к незнакомым детям – пусть каждый ребенок знает это правило и дает себе право игнорировать любого незнакомца.

4. Уметь прервать разговор с любым человеком словами «Я вас не знаю и не буду с вами разговаривать» или «Нет, меня ждут, я спешу».

5. Уметь уверенно отказать, позвать на помощь, агрессивно закричать на постороннего человека в случае, если тот не реагирует на отказ в продолжении разговора.

6. Знать, что в случае любой опасности нужно не стесняясь просить о помощи у женщин с детьми, пожилых женщин, сотрудников полиции, или быстро бежать в любое общественное место: магазин, аптеку, на остановки общественного транспорта, в любое первое попавшееся учреждение и обращаться за помощью к служащим.

7. Знать наизусть минимум два номера телефона родных, чтобы в короткие сроки связаться с родителями или доверенными лицами, рассказать об опасности, даже в том случае, если ему удалось легко отпугнуть постороннего.

8. Уметь говорить «Нет» как взрослым, так и ровесникам.

9. Знать о том, что уловки злоумышленников могут быть самыми разными: поощрение, порицание, обещания, просьба о помощи, привлечение внимания с помощью домашних животных, угощений, предложений показать что-то или подарить что-то.

10. Уметь отказываться от любых подарков от посторонних людей.

11. Не разглашать личную информацию о себе в интернете (школа, место жительства, адрес, имя-отчество родителей, состав семьи, материальное положение, информация о внешкольных занятиях в секциях и на курсах, маршруты, по которым ходит ребенок, время, когда он идет откуда-то или куда-то, место работы родителей, домашние проблемы, личные фотографии).

12. Не соглашаться на личную встречу с незнакомым ребенком без предварительного обсуждения с родителями.

13. Не заходить с посторонними в подъезд, лифт, не открывать дверь квартиры посторонним никогда и ни при каких обстоятельствах. Если незнакомец начинает разговор в подъезде, или пытается удержать, то кричать «Пожар!», а не «Помогите!».

14. Нельзя прятаться в подъезде, среди гаражей или на стройке, бежать в сторону парка или стоянки автомобилей. Точно понимать, что пока вокруг люди – ребенок практически в безопасности, потому что всегда может применить два своих главных оружия: быстрые ноги и громкий голос.

15. Не позволять посторонним людям прикасаться к себе и сразу же рассказывать родителям о любой попытке это сделать.

16. Если произошла опасная ситуация или случилась беда, то нужно рассказывать об этом близким людям, обращаться за помощью, не замыкаться в себе, не скрывать, не бояться угроз или шантажа или родительских запретов.

17. Проверять каждого виртуального друга, предлагая ему общение в скайпе или в видеочате – только так можно убедиться в том, что за аватаркой ребенка не скрывается взрослый.

18. Если посторонний схватил, удерживает, или тащит, нужно громко кричать “Помогите! Я не знаю этого человека!”, падать на землю, цепляться за кусты, заборы, скамейки, разбрасывать вещи (рюкзак, одежду).

19. Никогда не садиться в машину к незнакомому или малознакомому человеку, даже к соседу или полицейскому. Если за ребенком медленно едет машина, нужно развернуться и побежать в противоположном направлении.

Объяснять доступно! Дети плохо воспринимают и запугивания, и страшилки, и занудные родительские советы. Поэтому лучше всего обучать правилам безопасности во время прогулки, игры, обычного разговора. Предложите ребенку показать, кого из посторонних он считает опасным, а кого нет, и объясните, в чем его ошибка, если это необходимо. Покажите наглядно, как именно нужно отвечать незнакомцу на улице, или если кто-то звонит в дверь. Не стесняйтесь тренироваться громко кричать вместе на улице, пусть ребенок точно понимает, что его жизнь и здоровье важнее всех правил приличия.

Конечно, все эти правила не дают нам стопроцентной гарантии спокойствия, но ни один преступник не рискнет тащить по улице упирающегося и зовущего на помощь ребенка, и, вероятнее всего, отступит сразу же, услышав громкое и уверенное «Я вас не знаю и не буду с вами разговаривать».



## Пять правил безопасного интернета для детей и родителей

Мы, родители, конечно, молодцы. Сначала мы даем нашим детям смартфоны и планшеты с полутора-двух лет: посмотреть мультики, освоить азбуку и счёт, поиграть в развивающую игру, пока мама занята своими делами. А затем, как только ребенок подрастает и начинает всеми правдами и неправдами стремиться освоить соцсети и поисковики, мы превращаемся в ходячие «запретители».

Интернет становится и врагом, и предметом торга, и методом наказания. Нам кажется, что они совсем перестали общаться в реальной жизни, что проблемы со зрением – прямое следствие вечерних бдений у экрана, что они тратят драгоценное время на полнейшую ерунду и превращаются в изобретательных врунов, чтобы любой ценой выкрасть лишние полчаса на онлайн-жизнь.

По нашей статистике освоение соцсетей происходит в 9 лет, а к 10-ти в той или иной соцсети сидят практически все. Ребенок 12 лет и старше в среднем проводит онлайн 7-8 !!! часов в сутки (кстати, мы, взрослые, ничем от них не отличаемся). К «законным» двум-трем часам каждый вечер приплюсовываются перемены в школе, время в общественном транспорте и бесконечные проверки почты, «лички» и количества «лайков» все оставшееся время.

Но мы не будем на этот раз охать и углубляться в сожаления о том, что уже не можем изменить и на что почти не можем повлиять, а сосредоточимся на главной задаче: сделать интернет максимально безопасным для наших детей.

Думать о защите лучше начинать пораньше. Систему родительского контроля можно установить на все девайсы, которыми пользуется ребенок, уже лет в 6-7. Этот фокус не пройдет с 12-летним подростком, он воспримет в штыки любые ограничения. А если ребенок изначально пользуется безопасным интернетом, то ему особо и не придет в голову пытаться найти что-то запрещенное, или если и придет, то гораздо позже.

Все родители боятся педофилов, втирающихся в доверие с «липовых» (или даже со своих) страниц, и порнографии, которую ребенок может совершенно случайно открыть, набрав в поисковике, например, имя диснеевской принцессы. Но кроме этих опасностей в незащищенном интернет-пространстве легко может попасться информация о наркотиках, азартных играх, онлайн-казино, группах с суицидальным содержанием, радикальных религиозных сообществах.

Попробуйте прямо сейчас набрать в поисковике «купить спайс» и посмотрите на результат.

Поэтому первое правило: установите программу контроля как можно раньше, если вашему ребенку 5-10 лет.

Второе: дружите! «Зафрендитесь» с ребенком во всех соцсетях, болтайте с ним во всех вайберах и воцапах, где он общается со своими друзьями, присылайте ему ссылки, фотки и демотиваторы, не критикуйте содержимое его страниц и страниц его друзей. Пусть ребенок знает, что вы – не враг его пространства, от которого нужно скрывать все самое интересное. Не считайте, что закрыв ноутбук, ребенок может решить проблемы, возникшие в его виртуальных компаниях. Для большинства детей то, что происходит с ними в интернет-общении более значимо, чем отношения с одноклассниками. И большинство не рассказывает родителям ни о травле, ни о ссорах, ни о сложностях в сети, потому что уверены, что родители не поймут или вовсе запретят выходить в интернет. Поощряйте откровенность ребенка, интересуйтесь его любимой музыкой, стихами, книгами и даже играми. Рано или поздно ваше терпение и внимание обязательно будет вознаграждено доверием.

Третье: учите детей убирать со своих страниц всю личную информацию, не делиться откровенными обсуждениями в личной переписке, не выкладывать и не пересылать свои фотографии. Даже если у ребенка на странице нет телефона, номера школы и других контактных данных, он дает ссылки на другие соцсети, где можно узнать гораздо больше. Сейчас стандартный набор соцсетей такой: вконтакте, инстаграм, ask.fm и вайбер или воцап. В ask.fm, например, можно задать любой вопрос, чаще всего анонимно, и дети отвечают на все вопросы обстоятельно и с большим энтузиазмом.

И, конечно же, покажите пример: на вашей странице в соцсети также не должно быть ни телефонов, ни геолокационных привязок к фотографиям, ни «кликабельных» ссылок на страницы ваших детей. Любой мошенник легко сможет войти в доверие к вашему ребенку, используя вашу же страницу, где сможет найти и фото интерьеров, например, или подробный фотоотчет из отпуска, и имена коллег по работе и родственников.

Пусть проверяет всех, с кем общается – это четвертое правило. Приучайте ребенка к мысли, что каждого нового виртуального друга нужно сначала вызывать в скайп или любой другой видеочат, и лишь затем начинать делиться чем-то личным. Дети часто строят теории о том, как они смогут отличить настоящую страницу от «липовой», реального собеседника-сверстника от маньяка, и, поверьте, многим из них не приходит в голову, что это невозможно. Осторожно поговорите о возрасте виртуальных друзей. На наших тренингах мы спрашиваем подростков, у кого из них есть виртуальные друзья старше 25 лет. Практически все поднимают руки и не видят в этом ничего опасного. Наоборот, многим льстит внимание взрослых, они довольно легко могут пойти на контакт, особенно, если этот взрослый «не такой как все и по-настоящему меня понимает». Ключом к доверию ребенка чаще всего становятся сообщества. По нашей статистике подросток практически стопроцентно добавит в друзья и начнет доверительное общение с человеком, если тот состоит в том же значимом для ребенка сообществе в соцсети. А уж дружба с организатором, или с кем-то из администрации игровых групп или групп по интересам – это особенно круто.

Пятое правило – первая личная встреча. Обязательно скажите ребенку, что не будете против его встреч с новыми друзьями в реальности, но только при условии, что вы сможете предварительно поговорить с родителями этого нового виртуального друга. Никаких «пойти в гости», никаких «встретиться на пару минут у ближайшей станции метро». Только после того, как вы лично пообщаетесь с мамой или папой нового друга вашего ребенка, вы вместе примете решение о том, где и когда ваши дети познакомятся в реальной жизни.

Конечно, освоение этих правил – дело не одного дня. Но даже если ваш ребенок уже выше вас на полголовы и разговаривает басом или таскает вашу помаду, это не значит, что менять ситуацию уже поздно. По крайней мере «зафрендиться», начать интересоваться и понемногу становиться частью онлайн-общения друг друга можно в любое время.

### **Защищаем ребенка: настройки безопасности в социальных сетях и сервисах**

Полезные советы от Kaspersky.Lab

1. Регистрируя ребенка в социальной сети, не пытайтесь защитить его, изменив его имя в форме для регистрации. Лучше использовать настоящие имя и фамилию ребенка, чтобы он мог успешно пользоваться соцсетью, не забывая при этом о настройках приватности.

2. Информация на странице социальной сети ребенка не должна быть скудной, иначе ребенка не смогут найти его друзья, но и слишком подробной делать ее не рекомендуется: не публикуйте домашний адрес, или телефон ребенка в открытом доступе, воздержитесь от подробного описания всех посещаемых им кружков и студий с адресами.

3. Следите, чтобы ребенок не указывал домашнего адреса и адресов часто посещаемых им мест в своих публикациях.

Если сервис просит ввести при регистрации номер телефона, не пытайтесь «обмануть систему», вводя неверные номера (например, используя сервисы для получения смс онлайн). Подтверждение регистрации через телефонный номер — не формальность, оно сделано для вашей же безопасности.

4. Используя различные сервисы для общения, ребенок должен добавлять в свои списки контактов только тех людей, кого он знает лично. Исключение могут составлять интересующие его популярные странички публичных персон, или сообществ.

5. Создайте собственный аккаунт для использования сервиса и «подружитесь» с ребенком.

6. Договоритесь, что вы будете изредка просматривать его активность, в том числе список его друзей. Но не личную переписку.

7. Установите программу «Родительского контроля», чтобы обезопасить ребенка от нежелательного контента в социальной сети.

8. По ссылкам ниже вы найдете подробные инструкции по безопасной настройке детских аккаунтов не только в социальных сетях, но и программах мгновенного обмена сообщениями, а также популярных сервисах обмена фотографиями и видео.

Настройки безопасности в Facebook, Twitter, Tumblr и Pinterest

Настройки безопасности в Youtube и Instagramm

Настройки безопасности в Skype, Viber и WhatsApp

Используя предложенные настройки безопасности и программу родительского контроля, вы сможете обезопасить пребывание вашего ребенка в социальной сети. Если помимо применения технических средств, вы пообщаетесь с ребенком, объясните ему правила поведения и окажете всестороннюю поддержку в освоении этой новой для него территории, вы сможете минимизировать опасность онлайн-общения для вашего сына или дочери.

Вы можете найти много других полезных материалов о современных способах защиты детей в интернет-пространстве на сайте <https://kids.kaspersky.ru>

# 10 советов родителям, которые хотят проверить реакцию ребенка на незнакомца

Родители под впечатлением от роликов в интернете о легкости похищения детей с детских площадок часто хотят «устроить проверку» своим детям.

Нет, мы не противники таких проверок, и, скорее всего, именно что-то подобное может дать родителям полное представление о том, насколько велика опасность. Но несколько советов мамам и папам, решающим сделать это самостоятельно, все-таки не помешают, потому что одной такой неправильно проведенной «проверкой» можно наделать много ошибок, потеряв и доверие ребенка, и ничего, кроме стресса и чувства собственной правоты у растерявшегося малыша, не добившись.

1. Сначала научите. Будьте уверены в том, что ваш ребенок действительно хорошо понимает, что ни с какими посторонними нельзя не только уходить, но и долго душевно беседовать. Расскажите, как реагировать правильно, если чужой человек подходит с любыми вопросами или, тем более, подарками или приглашениями. Вы не можете требовать того, чему не научили.

2. Найдите какого-то вашего знакомого, который не выглядит «подозрительно», и который готов поучаствовать в эксперименте обаятельно, легко и ответственно. Но это должен быть такой человек, с которым ваш ребенок в будущем не встретится в вашей компании.

3. Ваша задача – ни в коем случае не запугать, не «проучить». Многие родители, особенно те, которые отчаялись бороться с постоянным убеганием пяти-шестилеток в общественных местах, или с излишней доверчивой разговорчивостью первоклашки, иногда готовы устроить ребенку настоящий стресс, сильно испугать, но это неправильно. Цель вашего эксперимента – получить информацию о том, насколько ваш ребенок умеет реагировать на незнакомцев, насколько он защищен от педофила или мошенника.

4. Если вы до этого никогда не оставляли ребенка одного или с его друзьями на детской площадке даже на три минуты, не нужно начинать уроки самостоятельности с подобных проверок. Эксперимент уместен только в тех условиях, в которых ваш ребенок уже привык находиться, например, гулять во дворе под окнами, или оставаться на какое-то время дома в одиночестве.

5. Итак, вы выбрали вариант эксперимента – или «Один дома», или «Один во дворе или на детской площадке в парке». Далее действуйте так, как было бы в реальной жизни: уходя, напомните ребенку о правилах безопасности, ведь вы бы в любом случае сказали ему никому не открывать дверь или не разговаривать с посторонними, правда?

6. После вашего ухода должно пройти не менее 10-15 минут, а лучше полчаса, чтобы ребенок полностью погрузился в игру или какие-то свои занятия. Ваш знакомый может или изначально сидеть где-то неподалеку на скамеечке (настоящий преступник вполне может наблюдать за детской площадкой под видом папы), или «проходить мимо». Но лучше использовать первый вариант – сидящий рядом человек как бы невзначай заводит с малышом разговор, о чем-то спрашивает, предлагает вместе поиграть, например, в игру на планшете. Не нужно пробовать сразу же увести ребенка, как это делали в экспериментальных роликах, вам это ни к чему. Завести разговор, привлечь внимание малыша, не привлекая внимания окружающих, сесть рядом, производя впечатление обычного отца или дедушки, — такое начало похищения в жизни встречается чаще, чем внезапное «пойдем со мной, тебя мама ждет». За пять минут (а именно этого времени достаточно) можно проверить несколько моментов:

- Насколько легко ваш ребенок вступает в контакт с чужим человеком;
- Какую информацию о себе он готов рассказать первому встречному;
- Готов ли он уйти с площадки с посторонним под предлогом «поискать вместе котенка», «помочь сделать сюрприз «сыну» или «дочке» собеседника – вон той девочке на качелях, например», «помочь найти потерявшийся мобильник», «помочь донести пакет до машины», или даже просто «пойти вместе за мороженым вон в то кафе или к тележке с продавцом».

В ситуации «Один дома» ваша задача проверить:

- Подойдет ли ребенок к двери и вступит ли в диалог с посторонним за дверью.
- Что он ответит на просьбу «Впустить курьера с посылкой или телеграммой для родителей», или «Соседа, которого вы затопили».
- Откроет ли он дверь постороннему;
- Расскажет ли вам о том, что кто-то приходил, пока вас не было, позвонит ли вам сразу же.

В этой ситуации, даже если ребенок открыл дверь, ваш знакомый должен спросить, есть ли дома взрослые и сказать, что вернется позже. И вы сможете проверить, расскажет ли он вам о том, что открыл дверь чужому.

7. Если эксперимент проходит на улице, во дворе, в парке на детской площадке, вам не нужно «внезапно появляться», хватать и ругать ребенка или кричать на него, и уж тем более никогда ни при каких обстоятельствах рассказывать, что это была проверка. Никогда и ни за что.

Вы выяснили правду, теперь ваша задача сделать так, чтобы в следующий раз ребенок повел себя по-другому. Если ваш малыш все сделал правильно, ответив чужому, что не будет с ним разговаривать и никуда не пойдет, или не откроет дверь и позвонит родителям, то обязательно похвалите его за это и не раз. Он, действительно, большой молодец, если не дал незнакомцу возможности себя обмануть.

Но если все-таки вы поняли, что любой посторонний без труда за пять минут уболтает его настолько, что ребенок будет готов, забыв о предупреждениях, уйти с ним, то вы будете понимать, что решению этой проблемы нужно уделить особое внимание и в семье и с помощью профессиональных тренеров.

8. Истерики, запугивания, наказания – не метод, постарайтесь сдержаться, даже если вы сами очень напуганы и разозлены. Поверьте, весь этот монолог «Как ты могла пойти куда-то с чужим человеком! Какое мороженое! Какой котенок! Ты разве не понимаешь, что тебя могли похитить и убить?! Никаких больше гулянок!» и т.п. будет воспринят совсем не так, как вы бы хотели. Ребенок будет знать, что «ничего страшного не случилось», а мама «ни с того ни с сего кричит и ругается». По итогу, ребенок, даже если и мог бы понимать свою неправоту, будет ее внутренне отрицать. Он не проникнется глубоким пониманием той опасности, которой он только что себя подверг, как бы эмоционально вы не доказывали ему это и как бы его ни наказывали.

9. Самое эффективное поведение в случае «проваленного» эксперимента по защите от похитителя такое: при вашем появлении ваш знакомый может или попрощаться с ребенком и уйти под каким-то предлогом, или просто отойти в сторону и, например, начать с кем-то разговаривать по телефону.

Вы уходите с ребенком с площадки и спрашиваете его, с кем он разговаривал, что это за человек, о чем шла речь, почему он решил, что этот человек безопасен? Пусть ваш ребенок подробно расскажет обо всем (а вы заодно сможете точно узнать, какую именно информацию он от вас предпочел скрыть, иногда именно этот момент – самый важный). И лишь выслушав совершенно спокойно полный отчет о случившемся, спросите его, как он должен был поступить правильно? Что он сделал не так? И если он сам скажет, что пошел на диалог, понимая, что этого делать не нужно, спросите, почему он все-таки стал разговаривать и тем более куда-то пошел? Вы должны понимать, что стоит за этим поведением: беспечность, растерянность, страх перед взрослыми, нежелание показаться невежливым, излишняя самоуверенность, или стереотипное восприятие «хороших» и «плохих».

И только после подробного разговора вы можете сказать, что очень расстроены случившимся. Привести примеры историй, когда детей похищали «вот такие вот приятные люди». Рассказать, что ни один преступник не будет казаться злым и пугающим, «ведь тогда ты бы не стал с ним разговаривать и ему помогать, правда?»

10. Покажите, как нужно было действовать правильно. Ваш рассказ теперь должен опираться на всю ту информацию, которую вы получили. Если ребенок постеснялся отказать – не раз и не два поговорите с ним о том, что он имеет полное право не разговаривать и не помогать любому постороннему, и даже быть невежливым.

Если он готов подробно рассказать незнакомцу о своей семье, назвать свой адрес, то нужно постепенно приучить его к пониманию того, что рассказывать чужим личную информацию нельзя, и объяснить почему.

Если он «не видит ничего страшного», то имеет смысл рассказать какие-то конкретные истории похищений, обращать его внимания на какую-то информацию по телевизору или в кинофильмах.

Если он слишком самоуверенный и считает, что «легко бы убежал и закричал, если бы что-то действительно случилось», имеет смысл попросить папу или кого-то из знакомых мужчин в процессе игры реально скрутить ребенка так, чтобы он не мог пошевелиться. Пусть попробует «победить» взрослого или убежать от него.

Если ребенок искренне считает, что смог бы отличить преступника от обычного человека, покажите ему, опять же в форме игры, 10 фотографий разных людей и попросите выбрать из них преступников (а затем расскажите правду, или придумайте «а на самом деле это убийца»).

Теперь вы точно знаете причины ошибочной реакции вашего ребенка и сможете, учитывая эти заблуждения или особенности характера, лучше научить его безопасности в общении с незнакомцами.

## План для родителей: учим безопасности малышей от трех до пяти лет

Они легко с улыбкой подходят к постороннему взрослому, рассказывают обо всем подряд первому встречному, не задумываясь, возьмут протянутую конфету, и иногда кажется, что они готовы обнимать и любить весь мир: знакомиться, дружить, делиться, доверять. Да, речь о нашей малышне трех-пяти лет.

Поначалу нас, родителей, эта контактность и бесстрашие умиляют и радуют, но через какое-то время их абсолютная доверчивость начинает тревожить, тем более, они так и норовят убежать от нас при первом удобном случае: и в гипермаркете, и на детской площадке и во дворе собственного дома. Нам все чаще становится неловко, когда незнакомая тётя в городском транспорте или в поликлинике слышит подробный рассказ о том, как мама с папой вчера поссорились, или о том, что мама приготовила на ужин в праздничный вечер, сколько комнат в квартире, куда папа ездил в командировку, почему мама не разговаривает с бабушкой, и как братик описался в гостях на прошлой неделе.

Разговоры не помогают, хотя дети, вроде бы, кивают и дают обещания, когда слышат наши объяснения.

Возникает проблема: как научить малыша основам таких понятий как доверие и недоверие, стыд и сдержанность, свои и чужие, хорошие и плохие?

Как объяснить, где проходят личные границы и границы «ближнего круга», о чем можно говорить с посторонними, а о чем нет? Как вести себя, если милая пожилая тетя вдруг начинает обращаться к ребенку с вопросами при маме или без нее, и, главное, как проделать все это воспитательное волшебство, не пугая, не настораживая и не запрещая?

Но для начала давайте сверимся, вдруг наши представления о воспитании безопасного поведения очень разные. Наша цель: сделать так, чтобы без нажима, запугиваний и конфликтов, вызывающих даже у малышей чувство протеста и нежелание слушать или разговаривать о безопасности, научить ребенка нескольким вещам:

- разделять взрослых на своих и чужих, знакомых и посторонних, и разделять свои формы поведения в зависимости от этого;
- понимать, что добрый и вежливый (улыбающийся, симпатичный, щедрый, пожилой, женщина) – не одно и то же.
- уметь говорить «Нет» постороннему взрослому человеку, не стесняясь и не боясь этого;
- знать, как отвечать любому постороннему, если тот обратился за помощью, с предложением или с любым разговором;
- знать, как и к кому обратиться за помощью, если рядом нет ни родителей, ни знакомых;
- понимать, что взрослые люди могут быть опасны, но не испытывать парализующего страха перед возможными угрозами.

Согласны?

Тогда предлагаем примерный план, возможно хотя бы какие-то его пункты вы сможете использовать в вашей семье, или усовершенствовать и дополнить их вашими методами и идеями.

1. Рисуем «круги доверия» вместе. Берем цветные карандаши, пусть нарисует самых близких членов семьи, самых-самых. Обведем в кружок. Затем знакомых и друзей, кого-то из дальних родственников, воспитателей, нянь. Это второй круг другого цвета. Затем можно нарисовать тех незнакомых, которые нравятся и вызывают доверие. А еще – тех, кто кажется подозрительным.

Этот рисунок пригодится нам не раз. По нему мы можем показать степени близости: например, обнимать, гладить и целовать ребенка могут только люди из этого круга (пусть ребенок выберет свой любимый цвет для самых близких). А вежливо здороваться и разговаривать можно и с этими и вот с теми (здесь тоже лучше, чтобы ребенок выбрал цвета сам). А вот посторонние (плохие или хорошие – неважно) будут нейтрального цвета. Они не должны подходить к чужим детям, особенно, если рядом с теми нет родителей. Они не могут трогать и обнимать, ничего не предлагают, никуда не зовут, не дарят и не спрашивают ни о

самом ребенке, ни о его семье. А если и спрашивают, то можно не отвечать, потому что воспитанные взрослые не общаются с чужими детьми без разрешения их родителей.

Этот же рисунок можно вспомнить на прогулке на улице: пусть покажет тех прохожих, которые нравятся и тех, кто не симпатичен, и расскажет почему. Заодно можно и определить тех посторонних, к которым можно подойти, если нужна помощь, если потерялся или что-то случилось.

2. Начинаем спрашивать. Уже в трехлетнем возрасте с помощью таких разговоров во время прогулки или игры можно аккуратно донести главное: есть люди хорошие и плохие, добрые и злые, и вторые всегда стараются быть похожими на первых, ведь иначе их сразу все увидят и выведут на чистую воду. Даже волк в сказке о семерых козлятах подделывал добрый голос мамы, чтобы козлята открыли ему дверь. А иногда бывает наоборот: не очень красивый, не улыбочивый человек может быть очень добрым. Хороший человек может иногда и нагрубить или показаться невежливым, просто у него такое настроение. После пары таких коротких разговоров (обязательно в диалоге, пусть ребенок сам думает и доходит до этих выводов) можно переходить ко следующему логическому шагу:

3. Если вы видите в книжке, мультике или кино «преступника» (в черном, в маске, с оружием и жуткими повадками), то обращаем внимание ребенка на то, что такие преступники существуют только в вымышленном мире.

Спросите его, почему ни один преступник не рискнет выйти на улицу в черной маске, черном плаще и с пистолетом в руке. Его собственный ответ запомнится ребенку лучше всего. Обратите внимание на то, что на улице всегда есть люди, и у каждого есть мобильный телефон, с которого можно моментально позвонить в полицию, или снять подозрительного человека на фото или видео.

Покажите ребенку камеры наружного наблюдения. Пусть он поймет, что настоящий преступник никогда не рискнет ни выглядеть как-то по-особенному, ни нападать на других прямо на улице. И тут можно перейти к следующему важному моменту:

4. Если плохой человек хочет, чтобы на него не обратили внимания, то он должен действовать очень скрытно и выглядеть совсем не подозрительно. А что он может сделать, например, чтобы увести с собой чужого ребенка? Как можно начать разговор, чтобы все окружающие подумали, что это не чужой дядя или тетя, а папа или мама малыша? Как он поведет себя, если ребенок закричит или побежит? Рискнет ли он гнаться за ним, или тащить за собой? Что лучше кричать, чтобы все-все вокруг точно поняли, что это чужой человек? Давай покричим вместе, кто громче? Совершенно не важно, посмотрят ли на нас с тобой, если мы сейчас потренируемся громко кричать на весь парк.

5. Переходим к такому непростому вопросу как личные границы, вежливость и умение говорить «Нет». Исключаем из общения фразы: «Старших надо уважать», «Как ты разговариваешь со взрослыми?», «Что о тебе подумает тетя?».

Нет, мы не собираемся воспитывать хулиганов, но и беспрекословное послушание, зажатость и желание «всегда быть хорошим» — не самый лучший вариант с точки зрения безопасности. И здесь все просто: посторонние взрослые не должны подходить к детям, если тем не нужна помощь. Они могут сделать замечание, если ребенок расшалился и нарушил их личные границы. Могут спросить, не нужна ли помощь, если ребенок потерялся. Некоторые бабушки, конечно, могут начать разговор о чем угодно, потому что они выросли в другое время, тогда так было принято. Но сейчас, в наше время, ни один взрослый не должен ни угощать чужого ребенка, ни звать с собой, ни просить его о помощи или услуге.

И если такой взрослый подходит и заговаривает, то с ним можно и нужно быть невежливым, потому что таких взрослых нужно опасаться и даже воспитывать. Отвечаем: «Я вас не знаю и не буду с вами разговаривать» или «Я не разговариваю с незнакомыми».

А если какой-то взрослый пытается увести, даже хотя бы просто дотрагивается, — можно и нужно применять два своих главных оружия: быстрые ноги и громкий голос. Кричим громко: «Помогите! Я не знаю этого человека!» и бежим в самое ближайшее безопасное место, откуда сразу же звоним родителям.

Особо важно не раз и не два сакцентировать внимание ребенка на том, что главное — привлечь внимание. Не победить, не «применить приём», не спрятаться, не плакать, не

кусаться или плевать (они все на тренингах предлагают такие варианты), а устроить «шумовую атаку», ничегошеньки не стесняясь.

6. Телефоны – наизусть. В три года. Как минимум, два номера. И домашний адрес – наизусть. И имя-фамилию-отчество мамы и папы. И заодно сразу напоминаем, что это — информация про самый близкий круг, и ее не нужно рассказывать посторонним, если не нужна помощь.

7. Опасные и безопасные места. Тут отлично помогут карточки с рисунками. Рисуем все, что видим на улицах: и детские сады, и школы, и магазины, и станцию метро, и автобус с трамваем, и гаражи, и стройку, и двор, и парк, и дорогу, и аптеку/банк/салон красоты/кафе/ресторан.

Пусть помогают рисовать, насколько возможно. Затем раскладываем на две кучки: опасные и безопасные. А потом при случае находим их на прогулке, по пути в детский сад или в гости, по сторонам от детской площадки и просто, глядя в окно.

В безопасных местах всегда есть люди, а преступники больше всего на свете боятся, что их раскроют и поймают. Именно поэтому они убегут, если только применить два главных оружия. Главное: кричать громко-громко и бежать быстро. Тогда никто не рискнет ни догонять, ни даже подходить близко.

Спросите у ребенка – почему? Пусть представит прямо во время прогулки, что бы случилось, если бы какой-то мальчик сейчас бежал по улице и кричал: «Помогите! Спасите! Я не знаю этого человека!» Напомните о камерах наружного наблюдения, о мобильных телефонах у каждого прохожего. Пусть ребенок будет уверен в том, что он может отпугнуть любого, главное – не стесняться орать громко и бежать, не раздумывая.

8. Один дома. Тут подключаем игру, потому что очень важно все показать и попробовать на практике вместе. Проще всего сначала показать, как именно отвечать, если кто-то позвонил в дверь, а родителей нет дома. (Иногда некоторые специалисты советуют вовсе не подходить к двери, но мы, все-таки, считаем, что это – более опасно, потому что в случае, если какой-то грабитель пришел с целью взлома, он может проникнуть в квартиру, если никого дома нет).

Показываем, играя: «Допустим, я – это ты, а ты – это посторонний. Ты звонишь в дверь. Я подхожу, спрашиваю, кто там? Слушаю ответ и говорю: «Родителей нет, но скоро придут». И звоню – кому? Правильно! Маме или папе. Сразу же, даже если человек за дверью ушел. Мы не рекомендуем в этом возрасте прорабатывать ситуации из серии «что делать, если кто-то взламывает дверь» или «что делать, если на тебя напали в подъезде или в лифте». Трех-пятилетнего ребенка это, скорее, напугает. Тем более, что детей такого возраста мы же крайне редко оставляем одних надолго без присмотра.

Статмен Пола. Безопасность вашего ребенка: Как воспитать уверенных и осторожных детей// Пер. с англ. С. А. Юрчука. — Екатеринбург: У-Фактория, 2004. — 272 с.(Серия «Психология детства: Современный взгляд»)

Гаткин Е. Я. Энциклопедия личной безопасности, или Искусство жить без риска / Евгений Гаткин. — М.: АСТ: Астрель, 2005. — 510, [2] с.: ил.

Степанов М. В., Майоров О. В. Защитный код: Как выжить в нашем городе. — М.: Грифон, 2007. — 496 с.