

Свои, чужие и знакомые — как объяснить ребёнку

Люди вокруг ребенка делятся на «своих», родственников, знакомых, чужих (незнакомых) и детских работников (если ребёнок ходит в сад или школу).

- **Свои** — это мама, папа, родной братик или сестричка.
- **Родственники** — дедушка, бабушка, двоюродные братья и сестры, дяди и тети.
- **Знакомые** — соседи, подруги мамы, друзья папы.
- **Чужие** — те, кого ребенок не знает.
- **Детские работники** — воспитатели, нянечки и учителя.

Попросите ребенка назвать «своих», знакомых и т. д. Здесь и далее не забывайте задавать проверочные вопросы. Уточните: моя подруга Наташа — своя, знакомая или чужая? Продолжайте по аналогии с другими категориями людей.

Теперь объясните, как безопасно вести себя с каждой группой.

Правила поведения с чужими людьми

- Не разговаривай с чужими ни под каким предлогом. Не бойся быть невежливым. На самом деле невежливо, когда взрослый пытается заговорить с ребенком, зная, что мама ему это запрещает. Это опасно, потому что именно так делают преступники. Если с тобой заговорил чужой взрослый — ты в опасности, беги! Это самое главное правило!
- Всегда сохраняй дистанцию между собой и незнакомцем, чтобы он не мог до тебя дотянуться. Это длина 2 твоих рук.
- ПОМНИ ПРАВИЛО ТРЕХ Н: НИКОГДА НИКУДА НИ С КЕМ ЧУЖИМ НЕ УХОДИ!
- Мама никогда и ни при каких условиях не отправит за тобой незнакомого человека, не попросит что-то тебе передать.
- Если с мамой что-то случится, она всё равно не отправит за тобой незнакомого человека. *(Выберите доверенное лицо на этот случай, и пусть ребенок знает, что этот человек с ним свяжется, заберет его.)*
- Взрослые люди не просят детей о помощи, это нелогично. Вокруг так много взрослых, зачем им просить о

помощи слабого ребенка, ведь все знают, что дети не помогают чужим взрослым.

- Если взрослый просит тебя о помощи или дает поручение, не слушай его и сразу уходи.
- Не садись в машину к незнакомому и не подходи к ней никогда и ни под каким предлогом.
- Незнакомый взрослый не будет предлагать тебе дружбу. Взрослые дружат со взрослыми, дети с детьми.
- Даже если чужой взрослый строго с тобой разговаривает, отчитывает тебя и требует выполнить его приказания, убегай. Чужие взрослые не имеют права тобой командовать и критиковать, ведь они тебе никто.

КРАТКО

Никак не контактируй с чужими. Никогда и ни при каких условиях.

Правила поведения со знакомыми людьми

- Разговаривай со взрослыми знакомыми только в присутствии родителей. Когда ты один, достаточно поздороваться.

- Дистанция со знакомыми также составляет длину 2 рук (можно и больше!).
- Мама не отправит за тобой знакомого человека, если не предупредила тебя об этом заранее.
- Не садись в машину к знакомым людям.
- Помни про правило трусиков.

КРАТКО

Разговаривай со знакомыми только
в присутствии родителей.

Правила поведения с родственниками

- Если кто-то нарушает правило трусиков, убегай, кричи и расскажи об этом маме.
- Если кто-то делает или говорит то, что тебе неприятно и тебя тревожит, сразу расскажи об этом маме.
- Если тебе предлагают сохранить что-то в секрете или сделать что-то втайне от мамы, наоборот, сразу ей рассказывай.
- Если кто-то предлагает сделать тебе что-то, что запрещает мама, сразу убегай и расскажи ей об этом.

- Если кто-то ругает тебя и говорит, что мама будет очень недовольна — не бойся!
- Мама всегда тебя любит! Нет ничего ужасного, что бы ты мог сделать.
- Не садись в машину ни к кому, если мамы нет рядом и она тебе это не разрешила лично.

КРАТКО

Если родственники нарушают границы твоего тела, делают тебе неприятно или предлагают что-то делать в тайне от мамы — убегай и расскажи маме.

Правила поведения с детскими работниками

- Если тебе предлагают сохранить что-то в секрете или сделать что-то втайне от мамы, наоборот, сразу ей рассказывай.
- Если тебе говорят что-то неприятное или делают то, что тревожит тебя, сразу расскажи маме.
- Помни про правило трусиков.
- Если тебя хотят куда-то увезти из школы, а мама тебя сама об этом не предупредила, сразу звони ей.

- Если тебя ведут в кабинет к медсестре, на любые медицинские процедуры (медосмотр, прививка), сразу звони маме.
- Не садись в машину к работникам школы.
- Если тебя принуждают к чему-то и говорят, что иначе мама будет ругаться, не верь. Мама всегда на твоей стороне и без разговора с ней не соглашайся. Я не буду ругать!

КРАТКО

Если тебя куда-то уводят, делают тебе неприятно или нарушают границы твоего тела — кричи, вырывайся, не допускай этого, расскажи маме.

Правило трусиков

Части тела, спрятанные за нижним бельем, так же, как и остальные части твоего тела, — **это твоя собственность**. Твое тело принадлежит только тебе. Прикасаться к интимным частям тела могут только родители и врач в присутствии родителей. Интимные части тела — это не только половые органы, но также грудь и живот.

Это правило действует и в отношении других людей: никто не может просить тебя дотрагиваться до чужих интимных мест или смотреть на них. Если это происходит, убегай и сразу расскажи маме.

Акцентируйте внимание на том, что никто не может делать ребенку неприятно и нарушать правило трусиков — это основа личных границ.



ДМИТРИЙ НОВИКОВ

Чемпион мира по рукопашному бою, телохранитель, боец СОБРа, инструктор карате международного класса, ветеран боевых действий на Северном Кавказе. Автор курса «Жить Безопасно» для женщин и детей, по которому занимаются в детских центрах.