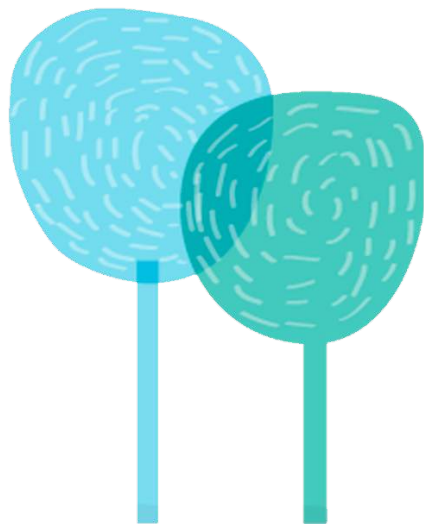


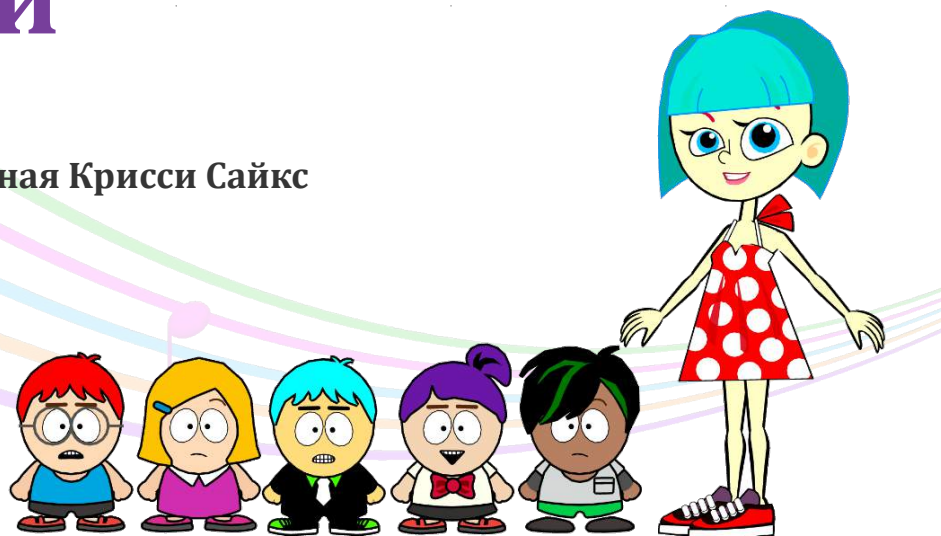
Мое тело - ЭТО мое тело



Музыкальная программа по предотвращению насилия над детьми

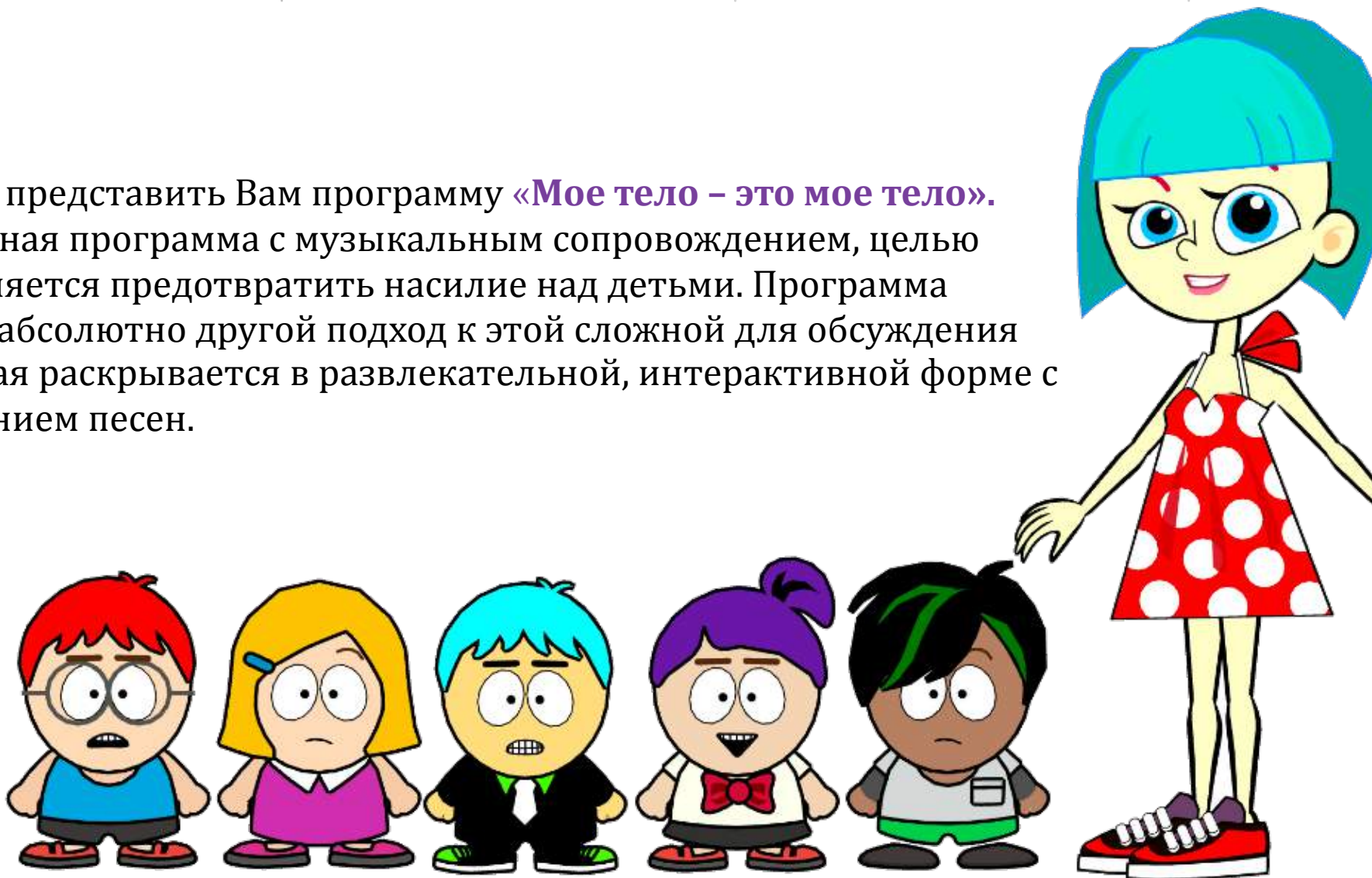
Разработанная и анимированная Крисси Сайкс

Защитим детей от насилия



Мое тело – это мое тело

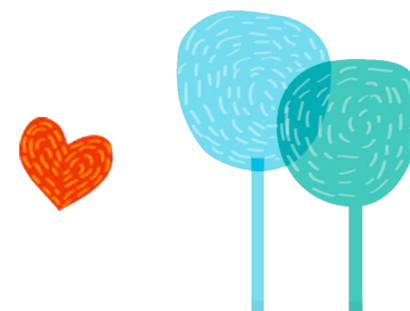
Я хотела бы представить Вам программу **«Мое тело – это мое тело»**. Это бесплатная программа с музыкальным сопровождением, целью которой является предотвратить насилие над детьми. Программа предлагает абсолютно другой подход к этой сложной для обсуждения теме, которая раскрывается в развлекательной, интерактивной форме с использованием песен.



Последствия насилия над детьми имеют большое значение как для пострадавшего ребенка, так и для общества в целом. **Разъяснительные беседы** с детьми являются одним из **лучшим путем** предотвратить подобные ситуации. А если ребенок уже столкнулся с насилием, то он, по крайней мере, будет знать, что делать и к кому обратиться за помощью.

Чем раньше мы научим детей основам безопасности их тел, чем лучше. Я знаю, что данная программа подходит для детей от 3 лет, так как я работала с более 350 тыс детей в США по этой программе с большим успехом.

Достоинством программы **«Мое тело- это мое тело»** является то, что ее может преподавать абсолютно каждый: социальные работники, учителя, работники продленного дня в школе, организаторы спортивных кружков и тд. Программа проста, легко запоминается и, самое главное, помогает наладить общение с детьми на тему насилия.



«Как начать разговор на тему насилия с маленькими детьми?»

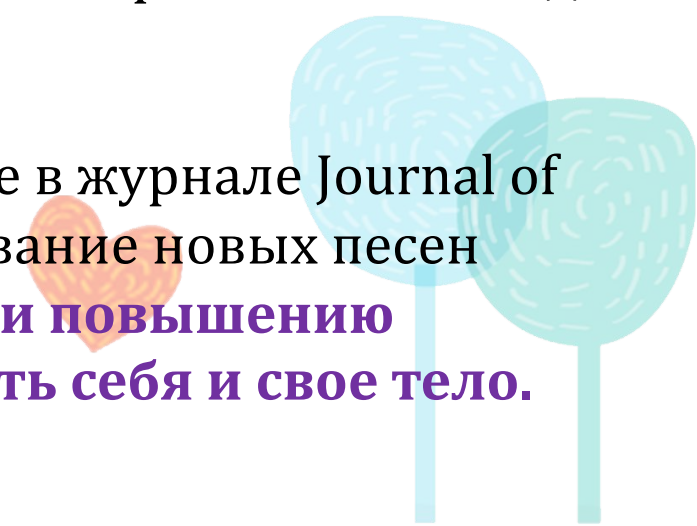
Многие взрослые избегают разговоров с детьми на тему насилия, а сама идея, что эта тема может быть преподнесена детям в развлекательной форме, может привести в недоумение. Детские песни из этой программы позволяют в простой и доступной форме разъяснить детям тему насилия.

Почему музыка?

Песни являются замечательным способом для детей запомнить важную информацию, которую необходимо им донести, так как они написаны в развлекательной форме.

Я уверена, что Вы все помните детские песенки, которые вы заучили, будучи маленькими детьми. Эти песни и заложенная в них информация останутся с детьми на всю жизнь и будет являться хорошей основой для последующих уроков жизни.

Исследование с участием детей, опубликованное в журнале Journal of Music Therapy, показывает, что музыка и разучивание новых песен приводят к **лучшему восприятию самого себя и повышению самооценки, помогая детям лучше чувствовать себя и свое тело.**



Как использовать данную программу

Интересно –

Песни представлены в виде развлекательных музыкальных клипов, главным персонажем которых является маленькая девочка по имени Синтия.

Просто –

Маленьким детям не обязательно знать все подробности, касающиеся темы насилия, достаточно дать им простые правила

1. Никто не должен причинять тебе боль
2. Никто не должен дотрагиваться до твоих интимных частей тела
3. Никто не должен фотографировать твои интимные части тела
4. Если у тебя проблема, расскажи о ней
5. Не держи в секрете, если кто-то делает тебе больно или трогает твои интимные части тела
6. Если над тобой издеваются, расскажи об этом

Позитивно –

Главная цель - внушить детям уверенность, чтобы они чувствовали себя комфортно и в безопасности в своем теле, зная, что они всегда могут поделиться своими проблемами с кем-то.



Хорошо работает идея с письмами и рисунками. Так после каждого занятия можно попросить детей написать письмо или нарисовать рисунок, посвященные тому, что обсуждалось во время занятия или тому, о чем пелось в песни, также они могут написать о том, что с ними произошло, или о том, что их беспокоит.

Вы получите интересные комментарии из детских писем:

«Не трогай мои вещи»

«Лично я не сталкивалась с насилием в отличии от моей младшей сестренки. Она рассказала обо всем маме после этой программы»

.....Или что-то похожее на рисунок (справа) от 5 летней девочки, по которому проходило дальнейшее расследование.



Я всегда советую, чтобы дети стояли и подпевали во время занятий, так они будут больше уделять внимания текстам нежели в сидячем положении, и так намного легче выполнять движения руками.

Песня 1

Это мое тело, мое тело



Это мое тело, мое тело

Текст Синтии из видео

Привет, меня зовут Синтия и сегодня мы познакомимся с программой «Мое тело - это мое тело». Мы будем петь песенки, развлекаться и научимся, как оставаться в безопасности. Как ты знаешь, наши тела очень особенные и никто не имеет право причинять нам боль, дотрагиваться до интимных частей тела или делать то, что заставляет нас чувствовать себя некомфортно, так как это наши особенные тела.

А сейчас мы споем первую песенку, которая называется «Мое тело - это мое тело». Я хочу, чтобы вы мне подпевали.

Мое тело - это мое тело

Это - мое тело Мое тело

**И никто не имеет право причинять мне боль
Потому что мое тело - это мое тело для меня**

Это - мое тело Мое тело

**И никто не имеет право трогать меня
Потому что мое тело - это мое тело для меня**

У меня есть две ручки, чтобы трогать

И двое глазок, чтобы видеть

**И двое ушек, чтобы слышать то, что ты
говоришь мне**

У меня есть две сильные ножки, что ведут меня туда, куда я хочу

А еще у меня есть интимные части тела, которые я не хочу показывать

Это - мое тело Мое тело

**И никто не имеет право причинять мне боль
Потому что мое тело - это мое тело для меня**

Это - мое тело Мое тело

И никто не имеет право трогать меня

Потому что мое тело - это мое тело для меня

У меня есть волосы на голове

Я хочу, чтоб ты видел

А еще маленький пупок в середине животика

У меня есть маленький симпатичный носик

И десять маленьких пальчиков на ногах

А еще у меня есть ротик, чтобы сказать тебе

То, что я хочу, чтоб ты знал

Это - мое тело Мое тело

**И никто не имеет право причинять мне боль
Потому что мое тело - это мое тело для меня**

Это - мое тело Мое тело

И никто не имеет право трогать меня

Потому что мое тело - это мое тело для меня

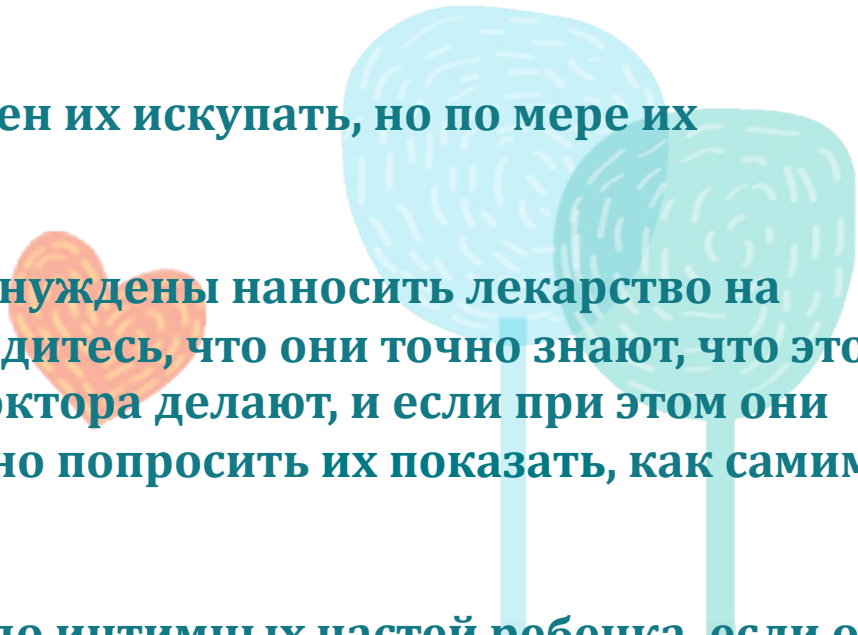
Мое тело - это мое тело - Цели песни

Учить детей тому, что их тело является их собственным, и никто не имеет права причинять боль или коснуться их интимные части.

Первое, что необходимо объяснить детям, - это то, что наши тела особенные и никто не имеет право причинять нам боль или трогать наши интимные части тела. Затем пояснить, где находятся интимные части тела –

интимными являются те части тела, которые прикрыты нижнем бельем. Эти части тела личные и принадлежат только им.

Также важным является объяснить детям, что есть случаи, когда родители или воспитатели могут быть вынуждены дотронуться до их интимных частей тела, например:

- 1) Когда они очень маленькие и кто-то должен их искупать, но по мере их взросления они научатся сами купаться.**
 - 2) Родители или воспитатели могут быть вынуждены наносить лекарство на интимные части ребенка, если он болен. Убедитесь, что они точно знают, что это то, что только родители, воспитатели или доктора делают, и если при этом они чувствуют себя некомфортно, то всегда можно попросить их показать, как самим наносить лекарство на тело.**
 - 3) Врач может быть вынужден дотронуться до интимных частей ребенка, если он болен, но мама, папа или воспитатель обязательно должны присутствовать при этом.**
- 

Дети должны знать , что никто не должен дотрагиваться до их интимных частей тела. Это абсолютно нормально сказать **«НЕТ»**, если кто-то заставляет их чувствовать себя некомфортно или принуждает их делать то, что, как они знают, неправильно. Понимание того, что их тела принадлежат им, вселяет в детей уверенность.

Более 90 % случаев сексуального насилия над детьми происходят в больших семьях, насилие совершается кем-то из окружения ребенка или кем- то, кому он доверяет. Это очень травматично для ребенка, когда его доверие подорвано. Детям необходимо знать, что они всегда могут пойти в **безопасное место** и обратиться за помощью к тому, кто их **выслушает** и **поверит** им.

Держать в секрете

Растлители малолетних и насильники часто надеются, что ребенок будет держать случившееся в секрете. Поэтому отличной идеей является иметь правило **«Без секретов»**.

Формирование этого правила у детей в раннем возрасте поможет им чувствовать себя более увереннее и они не будут держать в секрете, если кто-то им делает больно или трогает их неподобающим образом.



Дети должны знать, что если они подверглись насилию, то:

- 1) Никто не будет их винить в этом**
- 2) Они не должны чувствовать себя виноватыми**
- 3) Важно рассказать об этом, чтобы остановить насилие**



Пожалуйста, имейте в виду, что обычно насильником является кто-то, кого пострадавший ребенок знает, любит или кому доверяет, поэтому разговор на эту тему необходимо проводить очень деликатно.

Не злитесь в присутствии ребенка, ему необходимо, чтобы вы оставались спокойными и направляли разговор.

Вы можете объяснить ему, что люди, совершающие насилие над детьми, как люди с наркотической или алкогольной зависимостью, нуждаются в медицинской помощи. Только так им станет лучше и они перестанут причинять вред детям. Поэтому это **очень важно рассказать кому-то о произошедшем.**

Эра цифровой техники

С наступлением эры цифровой техники мы также обязаны защитить детей от людей, которые хотели бы сделать неприличные фотографии с их участием. Когда вы будете вести беседу с детьми о неподобающих прикосновений к их телу, вы также должны упомянуть, что некоторые люди могут хотеть сфотографировать их интимные части тела (даже не пытаясь дотронуться до них). Если кто то пытается их сфотографировать, они должны сказать **НЕТ! и затем рассказать об этом.**

Песня 2

Если тебе это неприятно – Не делай этого!!



Если тебе это неприятно – Не делай этого!!

Текст Синтии из видео

Мы сейчас споем новую песенку.
В ней есть одно хорошее правило, которое
надо запомнить. Это правило -
Если тебе это неприятно --
Не делай этого!!
Я сейчас не говорю о таких вещах, как
сделать домашнее задание или убрать в
своей комнате.
Я говорю о тех случаях, когда кто-то
пытается заставить тебя пойти с ним и ты
знаешь, что это неправильно. Если тебе
это неприятно -- Не делай этого!!
Или кто-то пытается заставить сделать
что-то, что тебе неприятно.
Если тебе это неприятно --
Не делай этого

Если тебе это неприятно....Не делай этого...Йо!!

Люди могут трогать тебя и говорить, что это классно
Но помни, твое тело принадлежит тебе
И ты единственный, кто знает, когда тебе неприятно
И если тебе это неприятно
Не делай этого. Йо!!
Нет, если тебе это неприятно
Не делай этого. Йо!!
Не делай этого
Не делай этого

На улице есть люди
Которые думают, что ты глупый
И они пытаются дать тебе наркотики
И отвлечь тебя от школы
И говорят тебе все держать в секрете
Но ты знаешь, как поступить
Потому что если тебе что-то неприятно
Не делай этого. Йо!!
Нет, если тебе что-то неприятно
Не делай этого. Йо!!
Не делай этого
Не делай этого

Люди могут обнять тебя и сказать, что ты им важен
Я не говорю сейчас, что делиться друг с другом - это не хорошо
Но ты будешь знать внутри себя, если тебе это неприятно
И если тебе это неприятно
Не делай этого. Йо!!
Нет, если тебе это неприятно
Не делай этого. Йо!!
Не делай этого
Не делай этого
Нет, если тебе это неприятно
Не делай этого. Йо!!
Не делай этого
Не делай этого
Нет, если тебе это неприятно
Не делай этого. Йо!!

Если тебе это неприятно - Цели песни

1. Научить детей прислушиваться к их ощущениям

Большую часть времени дети понимают, когда что-то вызывает у них неприятные ощущения или заставляет их чувствовать себя некомфортно. Научите их этому правилу с песенки в стиле хип хопа «Если тебе это неприятно – Не делай этого Йо!!»

Чувства:

Начав беседу о чувствах, вы можете поговорить о разных видах чувств. **Счастливый, грустный, одинокий, злой, напуганный.**

Очень важно, чтобы дети знали, что люди по всему миру испытывают такие же чувства, как и они, и что они не одиноки.

Выясните, какие виды чувств дети могут воспринимать.

Вы также можете провести игру, показывая детям картинки с счастливыми, грустными, разозленными или смешными лицами, или попросить их нарисовать лица, отражающие то, что они сейчас чувствуют.

Вы могли бы сыграть в игру, показывая счастливые лица, грустные лица, сердитые лица, забавные лица или вы можете заставить их рисовать лица о том, как они себя чувствуют.



2.Проведите беседу о принуждении

Вы можете использовать эту песню, чтобы начать разговор с детьми о давлении со стороны других детей в школе или кто-то дома пытается заставить их сделать то, что, они знают является неправильным.

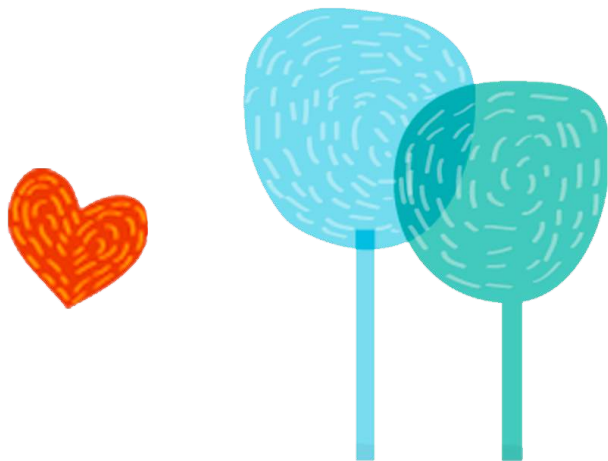
Вы можете также обсудить тему наркотиков и издевательств. Вести разговор на тему давления может быть сложно, но обязательно поговорите об этом. Объясните детям, что если они никому не будут позволять подавлять себя или путем издевательств принуждать их к чему-то, что они сами не хотят делать, то они будут чувствовать себя увереннее и их самооценка возрастет.

«Если тебе это неприятно – Не делай этого Йо!!»

3.Помочь детям осознать их права и возможности, связанные с их телами

Дети должны знать, что их тела принадлежат им, и если что-то им неприятно, у них всегда есть право сказать **НЕТ**. Я не хочу делать этого.

«Если тебе это неприятно – Не делай этого Йо!!»



Песня 3
«Игра Что если»



«Игра Что если»

Текст Синтии из видео

А сейчас мы поиграем в игру под названием «Что если», из этой песенки мы узнаем, как поступать, если незнакомец пытается заставить тебя пойти с ним или если кто-то пытается потрогать твои интимные части тела.

Ты знаешь, где находятся твои интимные части? Они прикрыты твоим нижним бельем или штанами. Никто не должен трогать твои интимные части тела, за исключением, когда ты очень маленький, и мама или папа должны тебя помыть там, но скоро ты научишься сам делать это. Возможно, если ты болеешь, мама, папа или врач должны будут нанести лекарство туда, но в других случаях никто не должен трогать твои интимные части тела. Мы также научимся, как поступать, если кто-то дома или из твоей семьи заставляет тебя чувствовать себя некомфортно или пытается сделать тебе больно. Все, что ты должен делать в этой игре – это сказать НЕТ. Я хочу, чтобы вы сейчас все вместе громко и внятно крикнули

«Игра Что если»

Сейчас мы поиграем

В игру под названием "Что если"

В которой есть вопросы и ответы для тебя

Если хочешь быть победителем каждый раз

Тогда ты должен сделать одно

Сказать Нет!

Просто сказать Нет!

Что если после школы

Незнакомец хочет отвести тебя домой

И он сидит в сияющей новой машине

И говорит: "Привет! Хочешь, я тебя подвезу?"

Нет, ты незнакомец

Я не поеду в твоей машине

Потому что моя мама и папа запретили мне

Ходить с незнакомым мне человеком Я скажу Нет!!

Просто скажи Нет!!

А сейчас, что если ты дома

И няни, присматривающие за тобой,

Пытаются потрогать тебя под одеждой

Как ты поступишь?

Скажи няне Нет?

Я не хочу, чтоб ты трогал меня там

Потому что это мои интимные части

И мое тело не принадлежит тебе Я скажу Нет!!

Просто скажи Нет!!

Мы играем

В игру под названием "Что если"

В которой есть вопросы и ответы для тебя

Если хочешь быть победителем каждый раз

Тогда ты должен сделать одно Сказать Нет!

Просто сказать Нет!

А сейчас, что если есть кто-то,

Твой друг или член семьи,

И он трогает тебя или делает тебе больно

Ты чувствуешь себя при этом плохо или некомфортно

Что ты должен сказать? Скажи НЕТ!

Пожалуйста, не делай этого

Мне не нравится, когда ты меня так трогаешь

И хотя ты мне очень нравишься

Пожалуйста, не делай этого со мной

Ты должен сказать НЕТ!

Пожалуйста, не делай этого

Мне не нравится, когда ты меня так трогаешь

И хотя ты мне очень нравишься

Пожалуйста, не делай этого со мной

Потому что я еще маленькая, как ты видишь сам

Я скажу Нет!!

«Игра Что если» - Цели песни

Учить детей говорить НЕТ с полномочиями

Игру "Что если?" можно применять к любой ситуации, которая по вашему мнению может произойти с ребенком. Используйте игру, чтобы дать ответы на сложные ситуации, в которых дети могут не знать, как себя вести или как в целом и сохранности выйти из ситуации.

Примеры:

1. Что если кто-то стучится в дверь и ты один дома?

- а) никогда не открывать дверь**
- б) позвонить соседям или родственникам, если человек за дверью не уходит**
- с) позвонить в полицию, если ты напуган и помощи ждать не от кого.**

2. Что если няня пытается потрогать твои интимные части тела

- а) сказать НЕТ, затем уйти и рассказать об этом взрослому**
- б) не держать в секрете, даже если тебя об этом попросили**

3. Что если незнакомый человек говорит, что он потерял куклу и просит тебя помочь в ее поиске

Сказать НЕТ, тебе запрещено идти куда-либо с незнакомыми людьми
Даже если они говорят, что им очень нужна твоя помощь - ты все равно должен сказать НЕТ

Мы должны подготовить детей как можно большему количеству сценариев развития событий, поэтому используйте песню снова и снова, добавляя новую информацию, которые они должны усвоить.

Объясните детям, кто такой незнакомый человек.

Если вы спросите группу детей, кто такой незнакомый человек, то скорее всего вы получите 20 разных ответов, например:

- 1) незнакомый человек - это плохой человек.
- 2) тот, кто причиняет тебе боль
- 3) тот, кто угощает тебя сладостями

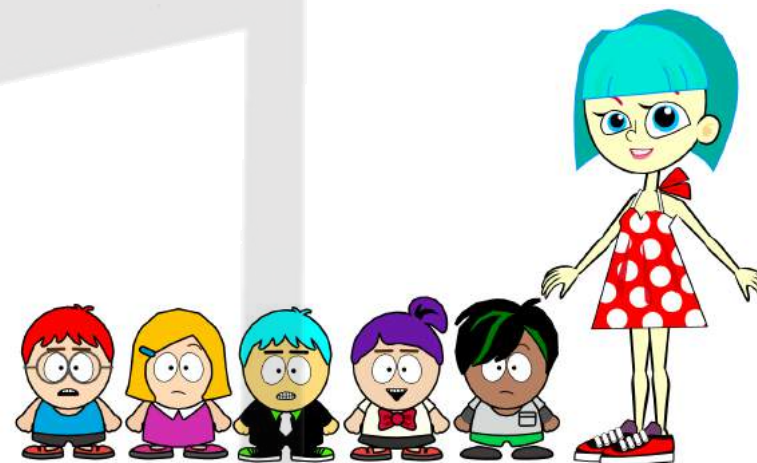
Мы учим наших детей:

«Не разговаривай с незнакомым человеком»

«Не сажайся в машину к незнакомому»

«Не бери сладости от незнакомых людей»

Но... часто мы забываем объяснить им, кто же такой незнакомый человек



Поэтому сначала мы должны научить детей, **что означает незнакомый человек?**

Незнакомый человек - тот, кого мы не знаем!

Незнакомый человек может быть:

Мужчиной или женщиной, молодым или старым, богатым или бедным.

Любого цвета кожи.

Мы должны научить детей, что, конечно, **не все незнакомые люди - плохие**, и что тот, кого ты любишь или кому ты доверяешь, знакомит тебя с незнакомым человеком, то этот человек может стать тебе другом.

Но даже если тот, кого ты любишь или кому ты доверяешь, познакомил тебя с незнакомым человеком, тебе не следует общаться с ним наедине.



Эра цифровой техники

С наступлением эры цифровой техники ,где информация о детях и их родителях доступна в интернете (и другие социальные сети), злоумышленники могут легко узнать имена всех членов семьи ребенка и ,возможно, попытаются обманным путем вынудить его пойти с ним.

Скажите детям, что даже если кто-то знает много о них и их семье, если они лично не знакомы с этим человеком, то он является для них незнакомым и с ним никуда ходить не стоит.

Приведите примеры, какие истории незнакомые могут придумать:

- а) твоя мама попросила забрать тебя из школы, так как она опаздывает (они также могут знать имена всех членов семьи и попытаются обмануть ребенка).
- б) у меня в машине лежат очень красивые куклы - хочешь их увидеть?
- с) я хочу показать тебе что-то необычное. Я обещаю , что приведу тебя сразу же обратно - ты просто должен это увидеть, это потрясающе!

Другое правило - никогда не принимать подарков от незнакомого человека, не важно, как красиво этот подарок выглядит.

Песня 4
Если у тебя проблема



Если у тебя проблема

Текст Синтии из видео

Это очень важно рассказать кому-то, если кто-то делает тебе больно или трогает твои интимные части тела, даже если ты напуган или смущен, ты должен быть очень очень смелым и рассказать кому-то.

Рядом с тобой находится много людей: мамы, папы, бабушки, дедушки, дяди, тети, двоюродные братья и сестры, соседи, родители твоих друзей, полицейские, медсестры и многие другие. Если ты расскажешь и тебе не поверят, они могут даже попросить тебя держать все в секрете – но ты пойдешь и расскажешь кому-нибудь другому. Если тебе опять не поверят, расскажи кому-нибудь еще и продолжай рассказывать, пока тебя не услышат. Никогда, никогда не сдавайся

Если у тебя проблема

Если у тебя проблема, Ты не знаешь, как поступить
Пойди и расскажи кому-то, Пока тебя не услышат

Ты должен найти кого-то,
Чтобы рассказать о своих проблемах
Если у тебя проблема
Найди кого-то, кто тебя выслушает

Поговори со своей мамой или с папой
С бабушкой или дедушкой
Со своей тетей или со своим дядей
Или с учителем в школе

Ты должен продолжать рассказывать
До тех пор, пока тебя не услышат
Если у тебя проблема
Найди кого-то, кому рассказать об этом

Если кто-то причиняет тебе боль
Ты не знаешь, как поступить
Пойди и расскажи об этом
Пока тебя не услышат

Ты должен найти кого-то,
Чтобы рассказать о своих проблемах
Если у тебя проблема
Найди кого-то, кто тебя выслушает

Поговори со своим соседом
С твоим учителем в школе
С кем-то, кого ты знаешь или кому доверяешь
Делиться проблемами необходимо

Просто продолжай рассказывать
До тех пор, пока тебя не услышат
Если у тебя проблема
Найди кого-то, кому рассказать об этом
Если у тебя проблема
Продолжай рассказывать
До тех пор, пока тебя не услышат

Если у тебя проблема - Цели песни

Закрепить правило у детей, что если у них появилась проблема, то о ней надо рассказать взрослому, и если он не слушает, то надо продолжать рассказывать другим, пока кто-то из них не услышит!!

Поделиться своими проблемами может быть одной из самых сложных задач для детей, так как, возможно, им будет трудно найти нужные слова, чтобы объяснить, в чем заключается их проблема. Также они могут бояться реакции взрослых.

Рассказывая детям о необходимости делиться своими проблемами, мы должны подготовить их к любой реакции собеседника, которые они могут получить в ходе разговора (Это только для более старших детей).

а) Взрослые могут быть обижены, разозлены, шокированы или напуганы

б) они могут не поверить ребенку

в) они могут угрожать ребенку и сказать ему больше никому об этом не рассказывать

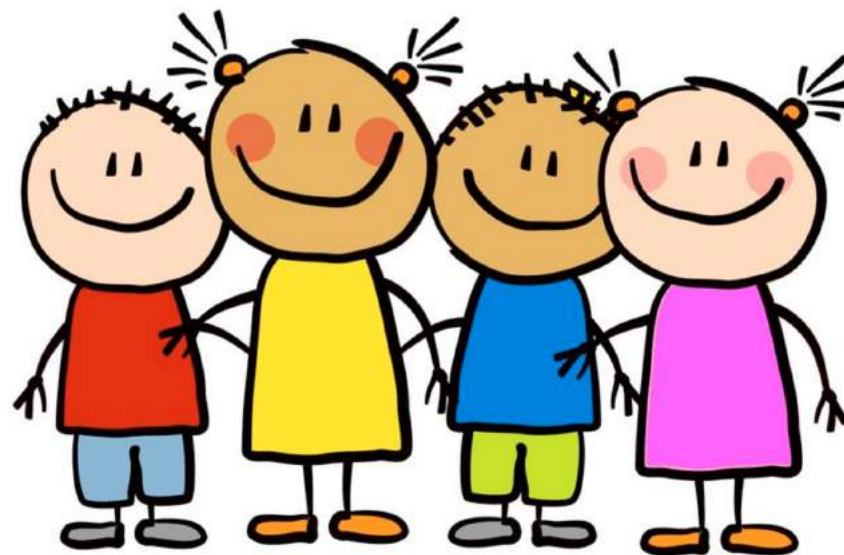
г) они могут попросить больше никому об этом не рассказывать

Главный урок, который дети должны усвоить, это то, что если собеседник не верит им, просит хранить все в секрете или ничего не предпринимает, чтобы решить проблему, то они должны **продолжить рассказывать другим**, пока кто-то из них не услышит!!

Никогда, Никогда не сдаваться!!

Дайте детям список людей, к которым они могут обратиться с проблемой:

Мама,
Папа,
Бабушка,
Дедушка,
Тетя,
Дядя,
Учитель,
Зауч или директор школы,
Старшие братья,
Старшие сестры,
Соседи,
Школьная медсестра,
Полицейский



Пожалуйста, расширьте список, если вы думаете, что это безопасно для ребенка обратиться к этому человеку за помощью

Чувства:

Очень важным является то, чтобы дети знали, как они себя могут чувствовать, когда они будут рассказывать о случившемся - некоторые примеры, которые могут им помочь:

а) ты можешь чувствовать себя смущенным, рассказывая о проблеме – это нормально

б) тебе может быть сложно найти нужные слова, но просто объясни, как можешь

в) твое сердце может биться сильно, а голос дрожать, сделай глубокий вдох и медленно расскажи

г) тебе может быть легче рассказывать о проблеме по немножку в течении нескольких дней

д) или напиши на листке бумаги о своей проблеме и отдай взрослому



Скажите, что они сами должны найти свой способ рассказать о случившемся, чтобы при этом они чувствовали себя комфортно, а также запомнить, что если собеседник не слушает их или не верит им, они обязательно должны
рассказать другому!

Песня 5
Любовь нежна



Любовь нежна

Текст Синтии из видео

Давай поговорим о любви, Это очень важно рассказать кому-то, если кто-то делает тебе больно или трогает твои интимные части тела, даже если ты напуган или смущен, ты должен быть очень очень смелым и рассказать кому-то.

Рядом с тобой находится много людей: мамы, папы, бабушки, дедушки, дяди, тети, двоюродные братья и сестры, соседи, родители твоих друзей, полицейские, медсестры и многие другие. Если ты расскажешь и тебе не поверят, они могут даже попросить тебя держать все в секрете – но ты пойдешь и расскажешь кому-нибудь другому. Если тебе опять не поверят, расскажи кому-нибудь еще и продолжай рассказывать, пока тебя не услышат. Никогда, никогда не сдавайся

окончательный Текст Синтии из видео

Давай поговорим о любви, это очень важно, чтобы тебя любили и люди не показывали тебе свою любовь, причиняя тебе боль или делая что-то, что тебе неприятно. Люди показывают, что они любят тебя, когда они проводят с тобой время, читая тебе книги, играя с тобой в игры, веселясь, гуляя или показывая тебе, например, как водить велосипед.

Любовь означает делиться друг с другом и заботиться друг о друге. Наши родители и воспитатели должны присматривать за нами, кормить нас, контролировать, почистили ли мы зубы, есть ли у нас чистая одежда, и если мы больны, свести нас к врачу. Это очень важно, чтобы о нас хорошо заботились, чтобы мы росли здоровыми, счастливыми и сильными.

Любовь нежна

Любовь нежна

Любовь добра

Пой со мной и ты узнаешь

Как много приятного мы можем сделать,

Чтобы показать нашу любовь

Как насчет почитать мне сказку

Или пойти на улицу и поиграть в мяч

Ты мог бы помочь мне прокатиться на велосипеде,

Чтоб я не упал

Как много всего

Что мы можем сделать вместе

Как много способов

Показать нашу любовь

Как много раз мы можем сказать

Друг другу Я люблю тебя

Если у тебя появилось свободное время

Я б хотел провести его с тобой

Любовь нежна

Любовь добра

Пой со мной и ты узнаешь

Как много приятного мы можем сделать,

Чтобы показать нашу любовь

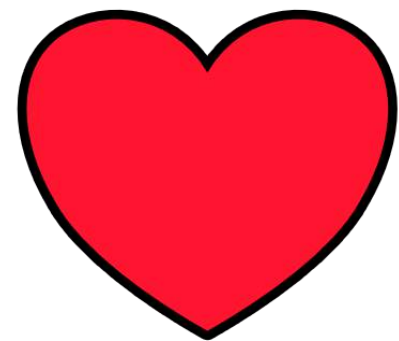
Любовь нежна - Цель песни

Научить детей, что любовь нежна, добра и означает заботиться, доверять и делиться друг с другом.

Потому что все дети из разных семей и имеют разное воспитание. То, что воспринимается как нормальное ребенком из проблемной семьи, будет абсолютно чуждо большинству других детей. Поэтому важным является объяснить детям, что такое любовь, как взрослые проявляют свою любовь по отношению к ним, и что можно ожидать дома.

Ниже представлены несколько тем для обсуждения:

- * Детей следует любить нежно**
- * За детьми следует ухаживать и присматривать**
- * Они должны быть сытыми**
- * Они должны быть одеты в чистую одежду**
- * Следует контролировать, чтобы дети чистили зубы и принимали ванну**
- * Их волосы должны быть аккуратно причесаны**
- * Всегда должен быть тот, кто выслушает и поможет им решить проблему**
- * Тот, кто будет им читать вслух**
- * Тот, кто сделает их счастливыми, когда им грустно**
- * Тот, кому они могут доверять**



Опять же это всего лишь несколько тем для бесед. Используйте этот материал, чтобы устроить обсуждение в классе. Попросите детей написать или нарисовать, что их делает счастливыми, что заставляет грустить или какие проблемы сейчас их беспокоят.

Часто задаваемые (детьми) вопросы

Вопрос: Почему люди причиняют боль детям?

Ответ: Существует несколько причин, почему люди причиняют боль детям. Некоторые сами подверглись насилию в детстве и из-за этого делают больно другим. Некоторые употребляют алкоголь, наркотики или не умеют управлять гневом, поэтому причиняют боль детям. Главное это запомнить, что причинять боль детям это неправильно, поэтому ты всегда должен рассказать об этом взрослому, чтобы получить помощь.

Вопрос: Почему люди трогают интимные части тела детей?

Ответ: Опять же существует много причин, почему люди совершают сексуальное насилие над детьми. Многие, кто причиняет боль детям, стали жертвами насилия. Поэтому важным является рассказать о произошедшем, чтобы эти люди получили квалифицированную помощь и лечение. Только так им станет легче и они перестанут совершать насилие над детьми.

Вопрос: Что мне делать, если мне никто не верит?

Ответ: Если ты рассказал взрослому и он тебе не верит, то расскажи другому, продолжай рассказывать, пока кто-то тебе не поверит.



Вопрос: Если я расскажу, что потом произойдет?

Ответ: Взрослые обязаны обратиться с заявлением в органы о том, что тебе был причинен вред. Затем работник органов должен прийти и поговорить с твоей семьей. Он также проконтролирует, безопасно ли тебе оставаться дома, или тебя необходимо отправить в другое место, где ты будешь в полной безопасности.

Вопрос: Что мне делать, если я сказал НЕТ!!, а они не останавливаются?

Ответ: Если они не останавливаются, после того как ты сказал НЕТ, кричи громко, очень громко, если кто-то находится по близости, чтобы помочь, или если ты знаешь, что рядом есть люди, которые придут к тебе на помощь. Если никого по близости не оказалось, тогда уйди и как только будешь в безопасности, расскажи взрослому о случившемся.

Вопрос: Что мне делать, если они говорят мне, что причинят вред мне или кому-то из моей семьи, если я расскажу?

Ответ: Люди, совершающие насилие над детьми, не хотят, чтобы кто-либо узнал об этом. Поэтому они могут попытаться угрожать тебе или кому-то из твоей семьи и заставлять тебя держать все в секрете. Ты должен набраться смелости и рассказать взрослому обо всем.

Вопрос: Что мне делать, если это мой брат или сестра, кто совершает насилие?

Ответ: Расскажи родителям, и если они не будут тебя слушать, расскажи взрослому в школе или из списка людей, который мы уже обсуждали.

Вопрос: Разозлятся ли родители, когда я расскажу?

Ответ: Не всегда, но да они могут разозлиться, но ты все равно должен быть смелым и рассказать обо всем, чтобы человек, причиняющий тебе боль, перестал делать тебе больно или трогать тебя за интимные части тела.

Признаки насилия над ребенком

Далее перечислены признаки насилия и отсутствия надлежащего ухода, которые вы можете заметить в ребенке. Если вы заметили какой-нибудь из этих признаков или ребенок сам рассказал вам об этом, то:

- 1. Оставайтесь спокойными и не заставляйте его рассказывать вам все подробности**
- 2. Утешьте ребенка и поблагодарите его за то, что он поделился с вами своей проблемой. Затем обратитесь в соответствующую организацию по защите прав детей.**
- 3. Запомните, что пострадавший ребенок, возможно, расскажет вам только малую часть того, что произошло, пока не увидит, что вы спокойно и с пониманием реагируете на его слова**



Далее перечислены некоторые признаки насилия. Пострадавший ребенок может сочетать в себе одновременно несколько из них, поэтому приведенный ниже список является всего лишь руководством к действию. Если вы заметили изменения в поведении ребенка, убедитесь в наличии ниже приведенных признаков.

Признаки физического насилия

Внешность ребенка

- *Подозрительные синяки, раны, ожоги и переломы
- *Следы от укусов
- *Частые раны, всегда объясняемые как случайно полученные
- *Если объяснения ребенка не соответствуют характеру повреждения
- * Ребенок постоянно носит одежду с длинными рукавами или одежду, его раны

Поведение ребенка

- *Грубый, неуправляемый
- *Необычно застенчивый, избегает других людей
- *Может черезчур стараться угодить
- *Производит впечатление, что боится своих родителей
- *Показывает либо мало, либо абсолютно никакого беспокойства по поводу отсутствия рядом с ним родителей

Признаки отсутствия надлежащего ухода за ребенком

Внешность ребенка

- *Низкий уровень гигиены, грязные волосы, неприятный запах тела
- *Одет не по погоде
- * Нуждается в медицинском лечении и услугах зубного врача

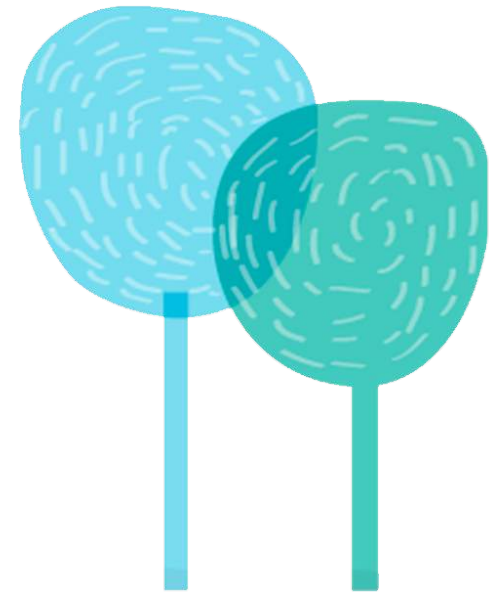
Поведение ребенка

- *Часто уставший, вялый, меланхолический
- * Выпрашивает или ворует продукты
- *Часто опаздывает или прогуливает школу
- *Противоречит по любому случаю
- *Низкая самооценка

Признаки эмоционального давления над ребенком

Признаки могут быть менее выражены, чем при других формах насилия, поведение является главным индикатором

- *Отстраненность от друзей и социальной активности
- *Постоянные опоздания и прогуливание школы
- * Потеря самооценки
- *Желание противорить по любому случаю
- *Изменение успеваемости в школе



Признаки сексуального насилия

Внешность ребенка

- *Разорванное или окровавленное нижнее белье
- *Боль и жжение в области половых органов
- *Имеет передаваемое половым путем заболевание

Поведение ребенка

- *Сексуально активное поведение и наличие знаний, которые не соответствуют возрастной группе ребенка
- * Неприличные касания сексуального характера других детей
- * Внезапная перемена в поведении
- * Полное отвращение к любым прикосновениям

Если вы подозреваете случай насилия над ребенком, обратитесь в соответствующую организацию по защите прав детей, проконсультируйтесь. Они выслушают ваши опасения и предпримут необходимые меры по вашей просьбе, если ребенок находится в опасности.

Давайте защитим наших Детей!!

Мое тело это мое тело



Русский перевод
Natalia Germann

Разработанная и анимированная
Крисси Сайкс

www.mybodyismybody.com