

## Рекомендації батьками для спілкування з дитиною щодо профілактики потрапляння або скоєння ситуації насильства

- Пам'ятайте, дитина має почуватися з вами на рівних, як із другом / подругою. Це дасть змогу встановити довірливі, чесні стосунки. Тоді вона / він зможе розповісти вам про свої проблеми та труднощі.
- Говоріть з дитиною на рівні її очей.
- Дозвольте розповісти про свої почуття, переживання.
- Виявляйте щире співчуття й інтерес до дитини, не перетворюйте розмови з нею на допит, ставте прості, щирі запитання («Що трапилося?», «Що відбулося?»).
- Вислухайте дитину.
- Побачте ситуацію очима дитини.
- Допоможіть дитині знайти власний вихід із ситуації.
- Ваша роль полягає в тому, щоб надати дружню підтримку, вислухати, бути з дитиною, коли та страждає, навіть якщо розв'язання проблеми начебто не існує.
- Сприймайте дитину як особистість з її цінностями, переконаннями, бажаннями.
- Якщо ви не знаєте що говорити, просто будьте поруч.
- Цікавтеся життям дитини: «Як твої справи?», «Ти чимось засмучений/-на?» «Що приємного сталося сьогодні?», «Що тобі подобається?», «Розкажи про своїх друзів?», «Яку ти любиш музику, ігри?», «Я хочу послухати її з тобою / пограти з тобою?» тощо.

Якщо у вас є запитання, пов'язані з вихованням дітей, захистом їхніх прав та інтересів — ви можете звернутися на Національну дитячу «гарячу» лінію:

**0 800 500 225** (зі стаціонарних) або **116 111** (з мобільних)

та Національну «гарячу» лінію із запобігання домашньому насильству, торгівлі людьми та гендерній дискримінації:

**0 800 500 335** (зі стаціонарних) або **116 123** (з мобільних).

Лінії — анонімні, конфіденційні та безкоштовні.