Территория детской безопасности
Больше, чем кожа

ТВОЙ ГИД ПО СТИЛЮ

lamoda

Содержание

1 Идея проекта

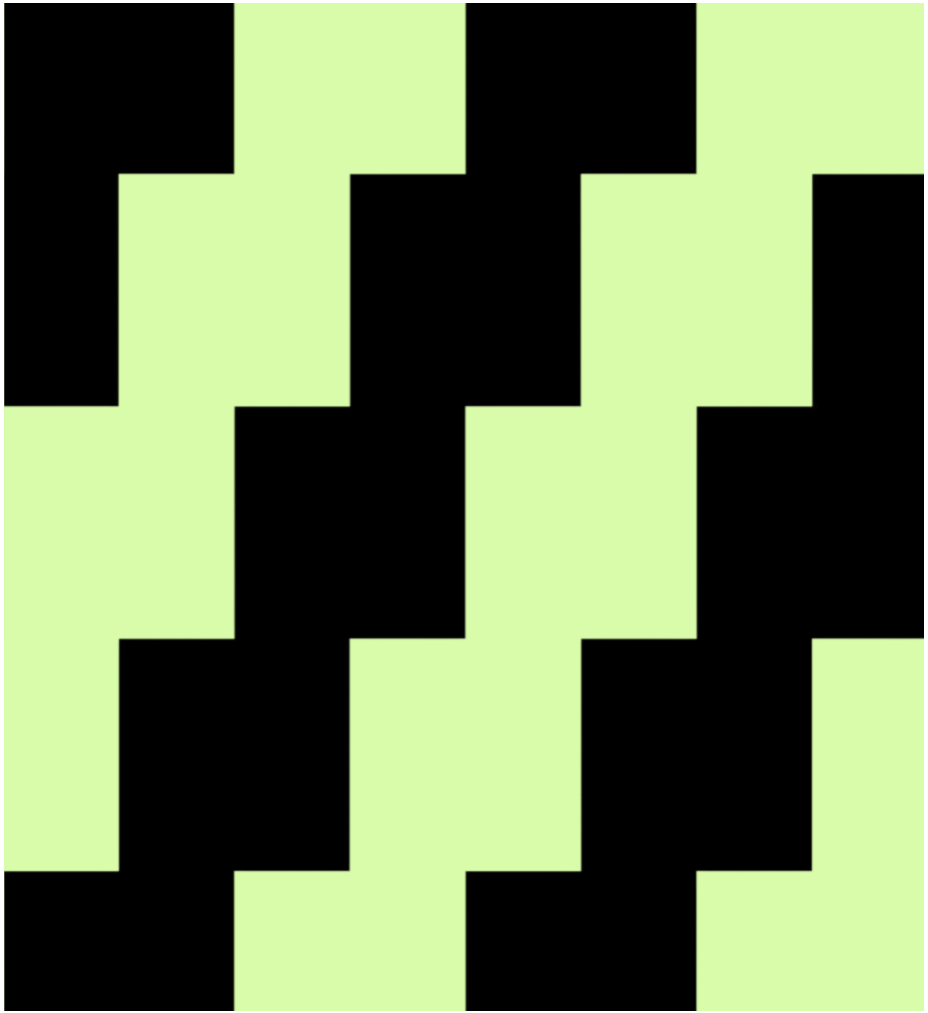
2 Описание проблемы

3 Рекомендации взрослым и родителям

4 Безопасная среда

5 Полезные ссылки и материалы

Материалы разработаны Lamoda совместно
с биотехнологической компанией BIOCAD,
экспертами благотворительной организации
«Тебе поверят» и благотворительного фонда «Подсолнух»



Главная цель инициативы

Помочь взрослым применять принципы телесной и психологической безопасности в повседневной заботе о детях: вовремя обращаться к специалистам, учитывать чувства ребенка, защищать его приватность и реагировать на нарушение личных границ.

Что делать, если ребенок стесняется особенностей кожи, боится осмотра или сталкивается с навязчивыми вопросами о внешности и даже буллингом? Как вовремя заметить проблему и бережно поддержать его в сложной ситуации?

Lamoda и BIOCAD объединяют ресурсы, чтобы дать взрослым понятные ориентиры, практические рекомендации и рабочие инструменты, которые помогут поддержать ребенка, если он сталкивается с насмешками и давлением из-за особенностей кожи.

Проблема

40–52% школьников в России сталкивались с буллингом. [1]
Одним из ключевых триггеров становятся **видимые особенности кожи.**
Дети с акне, атопическим дерматитом и псориазом чаще сверстников подвергаются стигматизации и травле.[1].

Более 60% детей с псориазом хотя бы раз сталкивались с насмешками, а 51% респондентов считают, что общество воспринимает эту болезнь как заразную из-за недостатка информации о ней.
Почти 70% опрошенных отметили, что скрывают проявления заболевания с помощью одежды.[2].

Ребенку бывает трудно рассказать о дискомфорте, задать вопрос о своем теле, выразить несогласие или защитить себя. Взрослые, желая помочь, могут не объяснить предстоящие действия, обсудить его внешность при других или не заметить, что ему неловко. Наш проект призван дать рабочие инструменты родителям, чьи дети могут оказаться в группе риска из-за кожных заболеваний.

[1], ВЦИОМ. Новости: Травля в школе: масштаб проблемы и пути решения

[2] Kelly K. A., Balogh E. A., Kaplan S. G., Feldman S. R. Skin Disease in Children: Effects on Quality of Life, Stigmatization, Bullying, and Suicide Risk in Pediatric Acne, Atopic Dermatitis, and Psoriasis Patients // Children (Basel). 2021. Vol. 8, No. 11. Art. 1057. https://doi.org/10.3390/children8111057; Magin P., Adams J., Heading G. et al. Experiences of appearance-related teasing and bullying in skin diseases and their psychological sequelae // Scand J Caring Sci. 2008. Vol. 22, No. 3. P. 430–436. https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2007.00547.x

3] Опрос подростков, родителей и взрослых у которых псориаз появился в детстве. В опросе приняли участие более 300 респондентов, в период с 23.09.2026 по 17.11.2026, площадка проведения опроса Yandex Forms.

Lamoda и BIOCAD расширяют территорию *детской безопасности*

Вместе с экспертами организации «Тебе поверят» Lamoda уже разработала рекомендации по безопасным детским съемкам и изменила правила размещения фотографий в каталоге.

Новый совместный проект с BIOCAD продолжает эту работу, обращаясь к повседневным ситуациям, в которых забота о ребенке требует уважения к его телу, чувствам и приватности.

Экспертами проекта выступают организация «Тебе поверят» (по вопросам телесной безопасности, личных границ и бережного взаимодействия с ребенком) и благотворительный фонд «Подсолнух» (по вопросам поддержки детей с псориазом и их семей).



О чем молчат дети? Рекомендации родителям

Дети могут молчать по разным причинам: бояться наказания или осуждения, не хотеть расстраивать близких или просто не знать, как объяснить происходящее. Мы собрали рекомендации, на что стоит обратить внимание и как можно начать разговор.

Как взрослые могут помочь ребенку рассказать о неприятном и на какие фразы стоит обратить внимание:

«Ты только не ругайся».

«Можно я кое-что расскажу?»

«Я не хочу больше туда ходить».

Иногда за такими словами скрываются переживания, о которых ребенку трудно говорить.

Когда речь идет о нарушении личных границ или агрессии со стороны сверстников, ситуация может быть еще сложнее. Ребенок не всегда понимает, что произошло, может испытывать стыд, страх или чувствовать себя виноватым.

Доверие начинается задолго до сложного разговора. Если дети знают, что им можно рассказать о разбитой чашке, плохой оценке или неприятной встрече и в ответ их не унизят и не отвергнут, им может быть легче обратиться за помощью и в более серьезной ситуации.

Ребенок не обязан показывать кожу из-за любопытства окружающих, терпеть неприятные прикосновения или соглашаться на фото. Даже проявляя заботу, родителям важно объяснять свои действия и уважать его чувства.

Продумайте жизненные ситуации, в которых возникает дискомфорт, связанный с болезнью, и обговорите с ребенком линию поведения, вместе отрепетируйте ответы на неудобные вопросы. Постарайтесь, чтобы их придумал сам ребенок: так фразы будут для него естественнее и комфортнее.

Как помочь ребенку говорить о своих переживаниях? Рекомендации родителям

Важно! «Мне неприятно» — это не каприз, а сигнал, к которому родителям важно прислушаться.
Ребенок не обязан отвечать на вопросы о внешности или показывать участки кожи из-за чужого любопытства.

01

Интересуйтесь не только делами ребенка, но и его чувствами

02

Не обесценивайте страхи, даже если ситуация кажется вам незначительной
Если ребенок рассказал о неприятном, поблагодарите его за доверие
Не торопите с подробностями и не превращайте разговор в допрос

03

Постарайтесь спокойно выяснить кто, когда и как проявлял агрессию
Выразите сочувствие и объясните ребенку, что в буллинге нет его вины: любые издевательства недопустимы, и просить помощи у взрослых — это нормально
Объясните ребенку, что особенности кожи — не повод стесняться себя

Безопасность ребенка — ответственность взрослых

Ребенок не всегда может сразу рассказать о том, что его беспокоит. Задача взрослых — создать среду, в которой он точно знает: его готовы услышать и защитить. **Вот несколько шагов, которые помогут это сделать:**

Родительский контроль без потери доверия. Приложение в гаджетах может подсказать, что у ребенка что-то не так, но не объясняет причин и не заменит живой разговор. Чтобы контроль воспринимался как забота, а не надзор, договоритесь о правилах заранее: объясните, что приложение нужно для защиты от беды, покажите, какую информацию вы видите, и пообещайте, что она не станет поводом для наказания. По мере взросления пересматривайте границы, давая подростку больше свободы.

Диалог с педагогами. Перед новой школой, лагерем или секцией поговорите с учителями или тренерами. Расскажите о заболевании, его специфике и о том, как лучше поддержать ребенка при знакомстве с новым коллективом.

Круг доверия. Сядьте вместе с ребенком и выпишите всех, к кому он может обратиться в трудную минуту. Помимо родителей это могут быть старший брат или сестра, бабушка, тренер, учитель, лучший друг, медсестра или школьный психолог. Обсудите, в каких ситуациях и чем именно эти люди смогут помочь.

Заготовленные ответы. Вместе продумайте и отрепетируйте реакции на неудобные вопросы: короткий нейтральный ответ для случайных знакомых, более подробный рассказ для друзей или вежливый отказ комментировать состояние своего здоровья.

Важно помнить: причина насилия кроется не в ребенке, а в агрессоре и среде, которая допускает травлю. Особенность внешности становится лишь поводом.

lamoda

Безопасная среда

Lamoda

фешен-ретейлер

- создает этические стандарты детских съемок, исключая демонстрацию обнаженного тела в каталогах, и вместе с организацией **«Тебе поверят»** развивает культуру телесной безопасности
- осознанно не проводит самостоятельные фотосъемки с участием детей для каталога

BIOCAD

биотехнологическая компания

- создает передовые медицинские решения
- снижает стигму вокруг аутоиммунной болезни кожи
- совместно с Фондом **«Подсолнух»** обеспечивает доступ к информации, помогающей противостоять мифам и предубеждениям о псориазе на портале Psoriaz.life

BIOCAD: как взять болезнь под контроль?

Своевременная диагностика и терапия, подобранная врачом, помогают контролировать псориаз и снижать риск обострений и осложнений.

Заболевание затрагивает не только кожу: оно влияет на социализацию ребенка, а также на качество жизни его самого и всей семьи. До трети всех случаев псориаза начинается в возрасте до 18 лет.

В рамках специального проекта мы подготовили статьи и гайды о том, как распознать буллинг и выстроить диалог со школой, каких ошибок стоит избегать и какую эмоциональную аптечку собрать для ребенка.

Прочесть статьи можно на Psoriaz.life, где собраны экспертные материалы и гайды о том, как распознать заболевание, чем детский псориаз отличается от взрослого и как выстроить жизнь, в которой болезнь не мешает учиться, дружить и расти.



lamoda

«Подсолнух»: псориаз

Считается, что псориаз — это проблемы с кожей, но на самом деле всё гораздо сложнее. Это **системное заболевание**, которое может затрагивать разные органы, опорно-двигательный аппарат, а также может быть фактором повышения риска депрессии, тревожности и других состояний. Он возникает в результате сочетания генетической предрасположенности и факторов среды. А еще псориаз принято относить к заболеваниям с серьезным психосоматическим компонентом. Это значит, что проявления болезни способны ухудшать психологическое состояние, а высокий уровень стресса — обострять ее течение.

Этот замкнутый круг делает жизнь людей с псориазом тяжелой не только в физическом, но и в психологическом смысле. Что же делать? Очень важно не оставаться в такой ситуации один на один со своей болезнью.
Опыт Фонда «Подсолнух» показывает, что люди с псориазом могут жить полной и качественной жизнью, справляться со своими сложностями, помогать другим пациентам и вдохновлять своей активностью.

Для этого важно:

- работать в одной команде с врачами, чтобы получать необходимое лечение;
- вовремя обращаться за психологической помощью, чтобы разорвать цепочку из стресса и обострений;
- найти достоверные источники информации;
- собрать вокруг себя команду поддержки из близких людей и самому не стесняться помогать тем, кто в этом нуждается.

Lamoda:
как выбирать одежду?

Одежда не должна быть маскировкой, под которой ребенок прячет себя от мира. Lamoda дает рекомендации по выбору тканей и составов, а также делает подборки детской одежды.

Объясните ребенку, что особенности кожи — не повод стесняться себя. Помогайте детям выбирать вещи, которые подходят для чувствительной кожи и дарят чувство защищенности. Для первого слоя стоит отдать предпочтение одежде из натуральных материалов: в ней тело лучше дышит, а влага быстрее впитывается.

Правильно подобранные ткани и многослойность в одежде помогут ребенку ощутить комфорт.
Подробнее в статье



lamoda

«Тебе поверят»: телесная безопасность

01

Помогайте ребенку чувствовать, что его тело принадлежит ему самому. В «Тебе поверят» мы рекомендуем начинать с повседневных ситуаций: спрашивать разрешения перед объятием, оставлять личное пространство для переодевания, обсуждать с ребенком, какие его фотографии можно показывать другим.

02

Объясните, что он может отказаться от поцелуя или объятия, даже если речь идет о близком человеке. Принимайте такой отказ спокойно: ребенку важно знать, что ваше тепло и любовь от этого не изменятся.

03

Если необходим медицинский осмотр, помогите ребенку подготовиться: расскажите, что будет происходить, выслушайте его опасения и обсудите с врачом, как сделать осмотр комфортнее и обеспечить приватность.

04

Ребенку не всегда легко обозначить свои границы. Будьте рядом, замечайте его реакции и помогайте в ситуациях, с которыми ему трудно справиться самому. **За его безопасность отвечают взрослые.**

Уважение к телесным границам ребенка должно строго соблюдаться при переодевании, примерке одежды, фотографировании, уходе за телом и посещении врачей, а также в коммуникации со сверстниками.

Безопасность и благополучие детей

Lamoda

«Мы понимаем, что безопасность детей — безусловный приоритет для родителей. Lamoda создает этические стандарты детских съемок, исключая демонстрацию обнаженного тела в каталогах, а также работает над формированием безопасной цифровой среды. Мы рады, что у нас есть проекты и партнеры, которые помогают расширять территорию детской безопасности»

BIOCAD

«Мы широко поддерживаем социальные проекты направленные на улучшение качества жизни пациентов в самых разных аспектах. Псориаз у ребенка влияет на всю семью, начиная с вопросов о том, как выбрать одежду, и заканчивая его социализацией. В этом проекте мы вместе с партнерами постарались разобрать наиболее чувствительные для детей и родителей темы»

«Тебе поверят»

«Нам хочется, чтобы каждый ребенок знал: если с ним происходит что-то неприятное, ему не нужно справляться одному. Можно попросить помощи, даже когда трудно подобрать слова. А наша общая задача как взрослых — заметить, выслушать и помочь»

«Подсолнух»

«Наша общая задача — качественная жизнь, в которой хроническое заболевание остается лишь одной из ее граней. А когда речь идет о детях, это становится особенно важным. Опыт ребят из нашего подросткового клуба показывает: особенности здоровья отходят на второй план, когда появляются дружба, интерес, желание учиться и творить и когда рядом есть команда поддержки, помогающая двигаться вперед»

Объединяя усилия модной индустрии, медицины и профильных фондов в рамках инициативы, мы даем рекомендации родителям и другим взрослым, чтобы защитить здоровье детей и создать вокруг них единый контур заботы.

Полезные материалы

Практические инструменты и рекомендации
в материалах и статьях, созданных BIOCAD
и благотворительным фондом «Подсолнух»

- Личность больше диагноза:
  как укреплять самооценку ребенка
- Физкультура, раздевалка, бассейн: как сделать
  «зоны риска» безопасными для ребенка с псориазом
- Псориаз и буллинг: обязанности школы и что делать,
  если проблема не решается
- Кибербуллинг и псориаз: что делать, если насмешки
  над кожей ушли в чаты и соцсети
- Круг поддержки ребенка с псориазом: друзья,
  «свой» взрослый и сообщество тех, у кого тоже псориаз
- 15 советов по выбору одежды при псориазе
- Эмоциональная аптечка ребенка с псориазом

Статьи фонда «Тебе поверят»
и ссылки на материалы Lamoda

- Принципы работы с детьми при создании креативного
  контента и чек-лист для брендов
- Практическое руководство на лендинге акции
  #Страшноважно об этичных съемках, защите личных границ
  детей-моделей и «правиле купальника» для родителей
- Как выбрать безопасную одежду для ребенка?

Контакты

Lamoda
sustainability@lamoda.ru
Отдел устойчивого развития (вопросы по документу)

speakup@lamoda.ru
Горячая линия

«Тебе поверят»
info@verimtebe.ru

Обратиться за помощью
Verimtebe.ru

BIOCAD
sidorovaem@biocad.ru
Отдел устойчивого развития (вопросы по документу)

Благотворительный Фонд «Подсолнух»
Горячая линия 8 800 500 63 35
fond@fondpodsolnuh.ru
www.fondpodsolnuh.ru
Подача заявки на оказание помощи через мобильное приложение «Фонд Подсолнух» App Store по ссылке
Google Play по ссылке

ТВОЙ ГИД ПО СТИЛЮ

lamoda