



## Памятка для родителей

*С детьми нужно постоянно говорить, как себя вести, даже в самых, как родителям кажется, невозможных ситуациях.*

*Многие склонны думать: “Со мной и моим ребёнком ничего плохого не произойдет”. Однако пока папы и мамы не хотят верить в то, что никто не застрахован от беды, их малыши и дальше не знают, когда его может подстерегать опасность, и как от неё уберечься.*

### Как определить, что ваш ребёнок стал жертвой сексуального насилия?

*(информация подготовлена по инструкции для родителей  
МОО «Понимание» «Как определить, что ваш ребёнок стал жертвой  
сексуального насилия»)*

#### **1. Ребёнок в ранее нехарактерной для него мере становится замкнутым.**

Чаще всего мальчик или девочка, пережившие сексуальное насилие, чувствуют стыд, замешательство и смущение по поводу случившегося. В силу возраста дети не могут точно осознавать и выражать свои чувства, поэтому носят и блокируют их в себе. Если ребёнок долгий период ведёт себя тише обычного — это нехороший знак, который нельзя оставлять без внимания. Застенчивость, скрытность и замкнутость — универсальные реакции ребят на негативные для них события (развод родителей, плохие отношения со сверстниками). Но в совокупности с другими, описанными ниже, признаками — это ещё один признак случившейся трагедии.

#### **2. Ребёнок ведёт себя так, будто он вернулся на несколько лет назад.**

Например, он снова начал писаться по ночам, впадать в истерику или агрессию без явных того причин. Боится оставаться без вас.

#### **3. Расстройства сна, кошмарные сновидения.**

Детям нередко снятся страшные сны, да и бессонницы случаются, так что беспокоиться из-за нескольких ночей не стоит. Однако если это длится более недели, рекомендуем предпринять меры, чтобы найти причину расстройства.

#### **4. Подозрительные игры.**

Иногда дети, подвергшиеся сексуальному насилию, неосознанно воссоздают случившееся во время игры с игрушками или другими детьми.

## **5. Резкая перемена в характере.**

К примеру, веселый, искренний и общительный ребёнок становится угрюмым и раздражительным. Его настроение без видимых причин меняется много раз за день.

**ВАЖНО!** Присмотритесь к местам, событиям и людям, которые внезапно стали вызывать несвойственное до этого момента отвращение у ребёнка: детский сад, школа, поездка к родственникам или друзьям, еженедельные тренировки по танцам или футболу.

## **6. Телесные повреждения**

Насильник редко оставляет следы на теле жертвы, но всё же.

Нормы сексуального поведения для ребёнка 0-5 лет — это использование им простого, образного детского языка при описании интимных частей человеческого тела или аналогичных мест игрушек, проявление интереса к вопросу о том, откуда берутся дети, а также касание и исследование своих интимных мест, проявление любознательности к их устройству.

## **Ваш первый разговор о том, что произошло**

### **1. Ребёнок должен чувствовать себя в безопасности во время беседы.**

Необходимо, чтобы разговор состоялся в как можно более комфортной среде, когда не нужно куда спешить. Можно предложить сыну или дочери поговорить, заранее предупредив, что хотите задать несколько вопросов — и что честные ответы не повлекут за собой никаких обвинений или наказаний.

**ВАЖНО!** В течение разговора занять и сохранять позицию неосуждения и поддержки. Исключены выражения сомнения, недоверия к описываемой ребёнком ситуации и обесценивание или утрирование того, чем с вами делится. Понятно, что агрессию как реакцию на его рассказ сдержать крайне непросто, но это нужно сделать, потому что малыш примет её на свой счёт.

### **2. Спрашиваем, были ли нарушена сексуальная неприкосновенность.**

Как только вы поняли, что ребёнку с вами комфортно, мягко приступите к главному разговору. Вопрос можно сформулировать так: «Прикасался (просил, собирался) или производил другие действия кто-то когда-либо к твоим интимным местам?» Используйте простые слова и выражения, понятные вашему сыну или дочери. При формулировке вопроса стоит помнить: сексуальное насилие не всегда оставляет негативные впечатления у детей. Поэтому наводящие вопросы типа «причинил боль», «трогал неправильным (плохим) образом» могут не найти отклика и ассоциаций у него, в результате вы получите ответ «Нет», хотя факт растления мог иметь место. Если ребёнок говорит «Да» — завершайте разговор в той же спокойной манере.

**ВАЖНО!** Не просите рассказать больше о конкретном случае. Не задавайте уточняющих вопросов. Если он говорит «Нет» или отмалчивается, задаём вопрос о причинах изменения в его (её) поведении, которые и стали причиной разговора. К примеру, вы можете сказать, что заметили страх перед походом в школу (на тренировку и др.), которого раньше не наблюдали: «Ты стал застенчивым (агрессивным, скрытным). Почему? Я беспокоюсь и хочу поговорить об этом».

Часто насильник берёт обещание у ребёнка хранить то, что произошло (происходит) в секрете, не исключено и запугивание. Если малыш подтверждает, что обещал никому не рассказывать, объясните, что существуют ситуации, когда раскрыть тайну — это норма, и никто от этого не пострадает, в особенности «ты, мой хороший».

**3. Заверьте ребёнка, что в первую очередь хотите ему помочь или уберечь от опасной ситуации**

Продемонстрируйте свою поддержку и лояльность. В случае, если опасения не подтвердились, уверьте, что если его (её) сексуальная неприкосновенность однажды будет нарушена, то он (она) всегда может и должен (-на) рассказать об этом вам, родителям.

**4. Объясняем, какие части тела интимные и неприкосновенные**

С самого раннего возраста мальчики и девочки должны знать о тех частях своего тела, к которым не должен проявлять интереса другой человек. Многие родители объясняют это так: «Все части тела, которые покрыты нижним бельем, купальником».

Можно же использовать и такой вариант: «хорошее прикосновение, плохое прикосновение, секретное прикосновение». Хорошие прикосновения — это широко употребляемое в обществе действия типа «дай пять» или одобрительное несильное похлопывание по плечу. Плохое прикосновение — это то, что может ранить и причинить боль: пинок, толчок, пощечина, подзатыльник. Секретное прикосновение — это прикосновение взрослого к ребёнку, о котором первый попросил или заставил молчать. Предупредите сына или дочь, что они должны рассказывать вам о любых «плохих прикосновениях» и «секретных прикосновениях».

**5. Обращение в милицию или Следственный комитет**

— наберите 102 и получите полную информацию о том, где располагается ближайший отдел милиции или подразделение Следственного комитета;

— в милиции или районном отделе Следственного комитета вам предложат написать заявление по факту совершения в отношении вашего ребёнка преступления;

— в заявлении нужно указать только факты и тем языком, которым изложил ребёнок в разговоре с вами. Опирайтесь на схему: «Кто? Что? Когда? Где? Как?».

## **Другие формы недостойного поведения с детьми:**

1. Физическое насилие.
2. Ненадлежащее воспитание, отсутствие заботы о детях (пренебрежение правами и нуждами детей).
3. Эмоционально пагубное обращение с детьми (психологическое насилие).
4. Домашнее насилие.

*Ни один ребёнок не застрахован от критической ситуации. Но вложив в его сознание бережное отношение к своей жизни и здоровью, наладив взаимоотношения в семье, можно избежать далеко не одну беду на его пути.*

*От того, каким примером станут мальчику или девочке родители, какое поведение и чувства они будут транслировать в семье, насколько ненавязчивы, но в то же время дотошны папы и мамы окажутся в вопросах безопасности сына или дочери, — во многом зависит, какими людьми станут ребята, будут ли жить в любви и счастье. Распустятся ли эти яркие бутоны красивыми цветами на радость себе и миру.*