

Памятка для родителей

***«Как уберечь детей
от
сексуального насилия»***



Детям, пережившим сексуальное насилие свойственен ряд особенностей в поведении и психическом состоянии.

У детей дошкольного возраста проявляются ночные кошмары; страхи; регрессивное поведение (поступки, характерные для более младшего возраста); не свойственные возрасту знания о сексуальном поведении, а также сексуальные игры с самим собой, сверстниками или игрушками, открытая мастурбация.

У детей младшего возраста наблюдается резкое ухудшение успеваемости; невозможность сосредоточиться; не свойственные возрасту знания о половых вопросах, сексуально окрашенное поведение; гнев, агрессивное поведение; ухудшение взаимоотношений со сверстниками и родителями; деструктивное поведение; мастурбация.

У подростков может появиться депрессия; низкая самооценка; агрессивное, антисоциальное поведение; затруднения с половой идентификацией; сексуализированное поведение; угрозы или попытки самоубийства; употребление алкоголя, наркотиков; уходы из дома; насилие по отношению к более слабым.

Любая форма сексуального насилия травмирует ребенка. Вред, нанесенный сексуальным насилием, носит преимущественно эмоциональный характер, он протекает из-за переживаний, вызванных предательством доверия и потерей детства. Дети, подвергшиеся насилию, испытывают глубокое чувство изоляции, стыда и тревоги, отсутствия собственной значимости. Эти симптомы, если их не лечить, остаются и во взрослой жизни.

Ни один ребенок психологически не подготовлен к случаям насилия. Даже у двух-, трехлетнего ребенка, который еще не знает, что такие действия недопустимы, возникают проблемы, отображающиеся на его неспособности справиться с чрезмерным раздражением.

Дети редко лгут о том, что над ними совершается сексуальное насилие, хотя, чтобы защитить насильника, они могут приуменьшать природу и степень насилия. Поэтому, если они говорят о насилии над ними, необходимо обратить внимание на их слова.

При этом статистика случаев сексуального насилия показывает, что девочки чаще, чем мальчики, подвергаются насилию. Однако значительное число мальчиков также являются жертвами. Наиболее часто они подвергаются сексуальному насилию вне семьи, со стороны людей, совершавших насилие не один раз.

Чаще всего сексуальное насилие над детьми — это длительно продолжающийся процесс, при котором эксплуатируются близкие, доверительные отношения, установившиеся между взрослым и ребенком. Часто вовлечению ребенка в непосредственные сексуальные действия предшествует длительный период сексуального ухаживания.

В 75-90 процентов случаев сексуальное насилие над детьми совершают люди, которых дети хорошо знают и которым доверяют. В более чем 50 процентах случаев доказанного насилия оно совершается отцами, отчимами или другими близкими членами семьи.

Наиболее часто подвергаются насилию дети от 8 до 11 лет.

Иногда дети могут соглашаться на участие в сексуальных действиях, потому что они боятся последствий, у них отсутствуют возможность, опыт и знания для оказания сопротивления. Такие дети, а также дети, лишенные привязанности, вовлекаются в сексуальные действия чаще, чем другие.

В первое время детям могут нравиться привязанность или внимание, которые им уделяется. Если насилие продолжается долгое время, они могут предпринять попытки остановить его. Но чаще всего дети боятся того, что им не поверят, или их накажут за то, что они рассказали. Какими бы ни были обстоятельства, детей нельзя винить за то сексуальное насилие, которое над ними совершалось.

Родители, считающие, что уж их-то ребенку сексуальное насилие не угрожает – пребывают в опасном заблуждении, которое может причинить огромный вред их семье!

Советы родителям:

Устанавливайте доверительные отношения с ребенком

Детские психологи рекомендуют изначально устанавливать с ребенком отношения, построенные на доверии во всем, что касается секса. Тогда он отнесется к родительским предупреждениям относительно сексуального насилия над детьми с большим пониманием, а не с ощущением вины или страха.

Впервые заговорив о сексе, родители часто сразу же предупреждают детей об опасности сексуального насилия, но делают это в таких сильных выражениях, что за ними невозможно не увидеть того страха, который испытывают папы и мамы. Поэтому дети часто пытаются скрыть сексуальные домогательства или насилие от родителей и чувствуют себя при этом виноватыми, так как боятся расстроить маму или отца.

Дайте ребенку правильное представление о возможных контактах с чужими людьми

Родители должны постараться дать понять ребенку, что его тело принадлежит только ему и никому больше. Объясните ребенку, что никогда ни один взрослый человек не должен касаться его гениталий, просить его раздеться для того, чтобы что-то там посмотреть (за исключением осмотра врача в его кабинете в присутствии родителей или с их разрешения). Если же кто-то дотрагивается до любого места на его теле, снимает его фото- или видеокамерой и просит никому об этом не рассказывать, то он должен

обязательно рассказать об этом. Просите ребенка рассказывать Вам о каждом случае, когда кто-то прикасался к нему таким образом, что он чувствовал себя странно или некомфортно.

Уделяйте больше внимания своему ребенку

Один из самых надежных способов, который поможет Вам научить ребенка противостоять сексуальному насилию, заключается в том, чтобы проводить с ним как можно больше времени. Дети, страдающие от нехватки родительского внимания, с большей вероятностью проявят интерес к тому вниманию, которое может уделить им насильник. Преступники такого рода очень хорошо понимают детей и с легкостью овладевают вниманием тех из них, кому такого внимания недостает дома, или тех, у кого накопилось множество вопросов о сексе, на которые они не могут найти ответов. Такие люди быстро входят к детям в доверие, они умеют сопереживать им и понимать, становясь образцом взрослого человека, к которому дети тянутся.

Будьте открыты ребенку в любых ситуациях

От родителей требуется набраться терпения и научиться внимательно слушать детей, когда они рассказывают о событиях своей жизни или о друзьях; задавать ребенку вопросы о его страхах и огорчениях; поощрять ребенка делиться сокровенными переживаниями - это одно из наиболее важных условий, которые помогают избежать беды.

Нужно быть в курсе взаимоотношений ребенка с другими детьми и взрослыми, а скрытность, окружающая взаимоотношения малыша или подростка с другими людьми, должна насторожить.

Когда случается насилие в семье постарайтесь избегать излишних чувств стыда, ревности, гнева по отношению к ребенку

Дети от пяти лет и старше, которые знают обидчика и связаны с ним личными отношениями, поставлены перед выбором: любовь и верность этого человека и осознание того, что такие отношения недопустимы. Если ребенок пытается прервать эти отношения, обидчик может угрожать насилием или отсутствием любви. Когда насилие случается в семье, ребенок может бояться гнева, ревности или стыда со стороны других членов семьи, думая, что семья разрушится, если все узнают об этом.

Очень редко родители разговаривают с детьми о сексе, предпочитая говорить: «Ты еще маленький!» или отмахиваясь, рассказывают, что его нашли в капусте или принес аист. Тогда он впервые в жизни начинает сомневаться в правдивости ваших слов. А не лучше ли, если Вы объясните, что он рождается, а его не выбирают в магазине и что на свет он появился благодаря Вам. Вы, говоря с ребенком о его появлении, можете не вдаваться

в подробности, расскажите, что маме для этого нужно было лечь в больницу, и там он уже появился на свет.

Когда ребенку будет 4-5 лет, обратите внимание, что ему уже некрасиво появляться обнаженным, особенно перед посторонними людьми. Объясните ему, что если его зовет куда-то дядя, а оставшись с ним в укромном месте, начинает снимать трусики и трогать половые органы, то от такого дяди нужно сразу бежать и обязательно рассказать Вам, даже если этот человек – Ваш родственник.

Начиная с 7-8 лет, беседы с мальчиком должен проводить отец, и это должна быть не разовая беседа, когда папа боится назвать вещи своими именами, а неоднократные разговоры с сыном, когда тот может задать отцу вопросы, которые его интересуют. Особенно это важно в период полового созревания ребенка, когда вопросов гораздо больше, чем ответов. И если сын знает, что отец готов на них ответить, не проявляя ложной стеснительности, он придет за советом к Вам, а не к товарищам.

Из вышеизложенного следует еще одно очень важное правило: половым воспитанием ребенка должны заниматься его родители, независимо от возраста, и лучше, если такие беседы с мальчиком будет вести отец, а с девочкой – мать. Если Вы растите дочку или сына одна (один), подумайте, кого из Ваших родственников или знакомых ребенок воспринимает лучше всего, кому из них он доверяет, пусть этот человек заменит ему недостающего члена семьи.

ПРАВИЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ НА СЛУЧАЙ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ПОДВЕРГСЯ СЕКСУАЛЬНОМУ НАСИЛИЮ:

- сохраняйте спокойствие; от Вашей реакции во многом зависит, как ребенок воспримет и переживет эту ситуацию; – внимательно отнеситесь к словам ребенка, не отбрасывая их как нечто невероятное. Даже если эти факты не имели места, очень важно понять истоки его фантазии;
- поговорите с ребенком, постарайтесь узнать точные факты, но не давите, не вымогайте исповедь насильно. Внимательно вслушивайтесь в то, что ребенок говорит сам, добровольно;
- успокойте ребенка, дайте ему понять, что вы любите его и ни в чем не обвиняете, избавьте его от чувства стыда и вины.

*По материалам следственного управления
Следственного комитета Российской Федерации.*