

КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛИЯ

1. В первую очередь позаботьтесь о том, чтобы Ваши отношения с ребенком были близкими и доверительными, такими, в которых ребенка принимают, любят, всегда выслушают, с чем бы он ни пришел. Потому что чаще всего жертвами педофилов становятся эмоционально брошенные дети вечно занятых родителей, и при этом социальный статус семьи может быть любой. Каждый раз, когда Вы вечерами смотрите в телефон или планшет и отмахиваетесь от ребенка, подумайте о том, что Вы оставляете его с большой потребностью во внимании. И что, может быть, Вы даете возможность чужому взрослому с плохими намерениями удовлетворить эту потребность ребенка вместо Вас.

2. Растите здоровые границы личности в семье. Ребенок имеет право говорить «нет» и должен уметь сказать «НЕТ», чтобы защищать себя в неприятных и неудобных ситуациях. И нормально отказывать взрослому, особенно незнакомому. Максимально проинформируйте ребенка по данному вопросу. Ребенок должен понимать, что у него есть телесные границы, на которые никто не должен посягать. Он не должен делиться игрушками и кроватью, если не хочет.

Он не должен разрешать себя гладить или сажать на руки чужим и незнакомым людям. Если вы приучите ребенка к этому с раннего детства — у него значительно больше шансов в критический момент отличить добро от зла и начать сопротивляться.

3. Соблюдайте правила элементарной безопасности. Не оставляйте ребенка одного с другими не очень близкими ему взрослыми: с соседями и друзьями семьи. Никаких поездок в лагеря, санатории и клиники, где не разрешают брать телефон или позвонить родителям при первой необходимости. Никаких осмотров врачами несовершеннолетнего ребенка за закрытой дверью. Если это репетитор или няня, и они у вас дома, дайте понять, что вы можете вернуться в любой момент, и пару раз вернитесь. Не слишком настойчиво, но регулярно спрашивайте ребенка о его отношениях с другими взрослыми. Лучше спрашивайте напрямую, не было ли никаких приставаний и запрещенных действий.

4. Прочитайте с ним книгу по сексуальному воспитанию, например “Откровенный разговор об этом» (это подробная, понятная и доступная книга для детей). Поскольку интимные части тела нельзя давать трогать играть, показывать и так далее, также нельзя трогать чужие.

Хорошо, если вы найдете время и выпишете конкретный список запрещенных действий и проговорите их с ребенком несколько раз. И там должны быть не только действия с гениталиями, но и поцелуи в губы, попытки залезть под одежду и другие сексуализированные слова или жесты.

5. Никакого интереса у взрослого к детским интимным местам быть не может (и наоборот тоже). Во-первых, обсудите список запрещенных действий со стороны взрослого. Во-вторых, что делать, если эти действия замечены. Например, орать, убегать, искать другого взрослого и просить о помощи, громко и уверенно говорить «Не трогай меня», немедленно рассказать маме или папе. Если вы поговорили один раз, этого недостаточно. Примерно раз в месяц спросите у ребенка помнит ли он, какие действия запрещенные и что надо делать. Пусть перескажет вам подробно по памяти. Чем больше вы напоминаете, тем больше шансов, что он вовремя распознает ситуацию и вспомнит, что делать.

6. Проводите с ребенком беседы по информационной безопасности. Будьте в курсе его круга общения и интересов к нему в сети.

7. Что делать, если вы заподозрили, что это происходит? Например, ребенок вам сказал или намекнул или вы видите, что он в последнее время нервный, капризный и избегает конкретного взрослого, не хочет ехать в деревню к бабушке и оставаться там без родителей. Спросите напрямую. Я знаю, что это сложно, но будьте готовы услышать любой ответ и остаться на стороне ребенка. Действительно страшно услышать, что насилие было, но важно помнить, что жертва — ребенок и ему нужна сейчас ваша поддержка. Ребенку нужна длительная терапия, родителям — минимум пару консультаций, чтобы примириться с тем, что это произошло, и научиться грамотно поддерживать ребенка. Важно понимать, что никто не застрахован, и Вы не сможете обезопасить своего ребенка на 100%. Не сможете быть с ним 24 часа в сутки и предвидеть все опасности. Но Вы можете дать ему опору, знания и возможности себя защитить, а это очень ценно. Правильная подготовка значительно повышает шансы ребенка на благополучный исход ситуации. Более того, хорошо проинформированный ребенок еще и поделится знаниями с друзьями во дворе и школе, и, возможно, это поможет кому-то из них избежать по-настоящему большой беды.