

# ПРОФИЛАКТИКА СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛИЯ

## Памятка для родителей

Гораздо легче предотвратить сексуальное насилие в отношении вашего ребенка, чем испытывать глубочайшее чувство вины за то, что не уберегли его.

### **Родители должны знать, что:**

1. Жертвами насилия могут быть как девочки, так и мальчики.
2. Насилие может совершаться в отношении детей всех возрастов, включая и детей до 1 года.
3. В 85-98% случаев дети знакомы с насильником. И не просто знакомы, а часто испытывают к нему чувство любви и доверия.
4. Чаще всего насилие происходит в доме жертвы либо в доме насильника.
5. Насильником может быть человек любого возраста, любой расы и любого социального положения.
6. Сексуальное насилие ничего общего не имеет со страстью, это проблема власти.

Защитить детей от сексуального насилия - одна из главных задач родителей.

### **Советы родителям:**

1. Запомните правило «три К», всегда знайте: Куда пошел ваш ребенок; Кто пошел с ним и Когда он должен вернуться.
2. Всегда отмечайте взрослых, которые уделяют слишком много внимания вашему ребенку и дарят ему дорогие подарки, покупают сладости, ищут возможности остаться наедине с вашим ребенком и т. д.
3. Ваш ребенок должен знать с детства, кто его может трогать, а кто нет, и какие части тела считаются интимными. А также, что интимные части тела никто (кроме самого ребенка, врача и мамы) не может трогать. Для того чтобы ребенок понял, о чем идет речь, используйте выражения типа: «у тебя под одеждой», «у тебя под трусиками». Можно также добавить: «если кто-нибудь захочет потрогать тебя здесь, скажи мне». Пусть ребенок выучит правила сексуального поведения, приведенные ниже.
4. Объясните детям разницу между «плохим» и «хорошим» секретом. Например, скажите, что хранить в секрете сюрприз на день рождения — это хорошо, но не рассказать взрослым, если кто-то доставляет тебе неприятные ощущения или обижает тебя — это плохо.
5. Научите детей доверять интуиции и говорить «нет» в ситуациях, когда они чувствуют себя с кем-то некомфортно.
6. Не оставляйте маленьких детей одних на площадках, в магазине, в парке без наблюдения близких взрослых.
7. Объясните детям, что они не должны подходить к незнакомым машинам и незнакомым людям. Дети также не должны уходить даже со знакомыми людьми прежде, чем спросят вашего разрешения.
8. Научите подростков выбирать самый безопасный (а не самый близкий) путь возвращения вечером домой. Также вы должны знать, с кем они пойдут или кто их будет встречать.

9. Слушая ребенка, применяйте «активное слушание». Ребенок должен знать, что если его что-либо беспокоит, вы всегда выслушаете и поможете.
10. Соблюдайте правила сексуального поведения при детях, приведенные ниже.

#### **Правила сексуального поведения для детей (по Barbara Bonner):**

1. Можно дотрагиваться до своих интимных частей тела, будучи наедине с собой.
2. Нельзя дотрагиваться до интимных частей тела другого человека.
3. Нельзя позволять другим людям дотрагиваться до ваших интимных частей тела.
4. Нельзя показывать интимные части тела другим людям.
5. Контролируйте свое сексуальное поведение, чтобы окружающие чувствовали себя комфортно.

#### **Правила сексуального поведения для взрослых:**

1. Контролируйте игры детей, чтобы знать, где они и что они делают. Не разрешайте играть при закрытых дверях, если вы не уверены в ком-либо из детей.
2. Желательно, чтобы ребенок не купался в ванной с другими детьми и не спал в одной кровати с кем-либо. Также предпочтительно, чтобы ребенок спал в комнате один.
3. Нельзя давать возможность детям подавлять младших или уязвимых детей.
4. Нельзя держать в доме откровенно сексуальные материалы.
5. Взрослые должны быть наедине в ванной или спальне. В доме должны быть установлены четкие правила о вхождении ребенка и спальню к взрослым (например, стук в дверь). Если взрослые собираются заняться сексом, они должны принять меры, чтобы дети не могли войти или наблюдать их частично раздетыми, или откровенно разыгрывать сексуальное поведение, когда это могут видеть дети.
6. Взрослые должны быть скромны при детях. Нельзя ходить раздетыми или обнаженными, если дети находятся рядом. Однако совершенно нормально, если вы показываете доброе отношение друг к другу.
7. Не разрешайте ребенку спать или купаться со взрослыми.
8. Взрослые должны научить ребенка соблюдать эти правила. Важно, чтобы и дети, и взрослые соблюдали их.