

## Как уберечь ребенка от сексуальных домогательств

Сексуальное домогательство — запугивание, издевательство или принуждение сексуального характера, обещание вознаграждения в обмен на сексуальные услуги, иные устные или физические (объятия, прикосновения, нападение с целью изнасилования) преследования сексуального характера.

Жертвой сексуального домогательства может стать любой ребенок независимо от возраста и психического здоровья. Причина этого — неспособность своевременно понять сексуальную направленность действий преступника и защитить себя от сексуальных посягательств.

Как защитить ребенка от сексуальных домогательств? Мало кто из родителей задает этот вопрос. Гораздо чаще их интересуют такие проблемы, как мотивировать ребенка на учебу, как приучить к самостоятельности, как не срываться на нем и т. п. Табуированность темы секса и насилия обусловлена стремлением защититься. Думать о педофилии в отношении своего ребенка страшно и дико, поэтому взрослые склонны ее игнорировать: «Это не про нас, это все про кого-то другого. С нами такого не случится». Многие из них считают, что сексуальные покушения на детей редки и совершаются главным образом в бедной, необразованной среде, неполных семьях и посторонними людьми. Мифы о сексуальном насилии над детьми приведены в таблице.

Предотвратить насилие можно, если подготовить ребенка к возможной опасности, привить ему правильные навыки поведения, научить методам защиты.

Миф	Реальность
Дети лгут о том, что над ними производят сексуальное насилие	Дети редко лгут о том, что над ними совершают насилие. Но чтобы защитить насильника, они могут преуменьшать природу и степень насилия
Сексуальное насилие может случиться только один раз	Чаще всего сексуальное насилие над детьми — это длительный процесс, при котором эксплуатируют близких, доверительные отношения между взрослым и ребенком. Нередко, чтобы вовлечь ребенка в непосредственные сексуальные действия, длительно сексуально ухаживают
Сексуальное насилие начинается в пубертатном возрасте	Сексуальное насилие может произойти, когда ребенок находится еще в младенческом возрасте, и дети дошкольного возраста считаются группой высокого риска. Наиболее часто подвергаются насилию дети от 8 до 11 лет
Только половой акт повреждает ребенка	Любая форма сексуального насилия травмирует ребенка. Нанесенный вред преимущественно эмоционального характера. Ребенок переживает предательство, потерю доверия, испытывает глубокие чувства изоляции, стыда, тревоги, отсутствия собственной значительности. Если не лечить эти симптомы, они остаются и во взрослой жизни
Дети соглашаются на сексуальные отношения	Иногда дети соглашаются участвовать в сексуальных действиях, потому что у них отсутствуют возможность, опыт и знания, чтобы оказать сопротивление, или потому, что они боятся последствий. Таких детей, а также детей, которые лишены привязанности, вовлекают в сексуальные действия чаще, чем других
Сексуальное насилие совершают только над девочками	Статистика показывает — девочки чаще подвергаются насилию. Значительное число мальчиков также являются жертвами. Часто они подвергаются насилию со стороны лиц, которые совершали его не один раз

**Объясните родителям:** они должны знать и понимать, что с этой проблемой может столкнуться любая семья. Защищаясь, нельзя спрятаться от самого явления. Наоборот, нехватка информации делает человека беззащитным и уязвимым для потенциальных угроз.

### Что должен знать старший дошкольник об интимных частях тела

Ребенок с двух-трех лет начинает исследовать собственное тело и сравнивать себя со сверстниками. Уже в этом возрасте ему надо рассказать о различиях между мальчиками и девочками,

о половых органах, их строении и функции (в том числе и для деторождения). Поэтому к 7—8 годам ребенок должен знать:

1. Половые органы — это интимные части тела. Интимный — глубоко личный, сокровенный, то, что не подлежит разглашению и обычно скрывается от других.

2. Интимные части тела не должны видеть другие люди. Исключение в определенных случаях составляют родители (мама для дочери, папа для сына) и врач — но при условии, что присутствуют родители. Важно подчеркнуть, что исключения связаны со здоровьем и гигиеной (это безопасно), но ни в коем случае с «игрой», «секретами» (это опасно).

3. Интимные части тела неприкосновенны. Их нельзя давать смотреть, трогать, фотографировать другим людям. То же самое касается интимных процессов, например когда ходишь в туалет. Ребенок должен знать — он имеет право без колебаний сказать «НЕТ!» телесным прикосновениям даже близких людей, если ему это неприятно, а также в случаях, когда кто-то: предлагает ему раздеться, например чтобы сфотографировать раздетым; хочет засунуть руку ему в трусики; предлагает коснуться его полового органа; хочет нанести ему вред.

**Объясните родителям:** дети могут стесняться или смеяться во время разговора об интимных частях тела, потому что повторяют те модели поведения, которые транслируют взрослые. Если во время разговора мама или папа напряжены, то и ребенок будет себя чувствовать также. Поэтому следует быть спокойными, говорить ровным голосом, вести себя естественно и адекватно реагировать на вопросы ребенка.

Чтобы ребенок доверял родителям, им необходимо научиться доверять ему. По статистике, большинство детей — жертв сексуальных домогательств — ничего не рассказывали родителям о случившемся из-за отсутствия эмоциональной связи с ними и страха перед наказанием.

Выстраивая отношения с сыном или дочерью, важно, чтобы взрослые соотносили собственные слова и поступки. Например, если мама заявляет о своем доверии, но при этом регулярно осматривает карманы ребенка, заглядывает к нему в ванну или устраивает допросы с пристрастием (с последующим наказанием), ребенок поверит собственному опыту, а не словам взрослого. Также «двойные стандарты», принятые в семье, не способствуют доверию. Например, ребенок знает, что за ложь последует наказание. Но при этом он часто становится свидетелем, когда, услышав телефонный звонок, мама или папа говорят: «Если спросят меня, скажи, что меня нет дома».

Разрушают доверие и ситуации, когда сын или дочь приходят просить о помощи или признаться в совершении плохого поступка, а в ответ получают бурную реакцию с упреками, обвинениями и наказанием.

Страх, стыд и чувство вины — главные враги доверительных отношений: «Ты сам захотел — ты виноват», «Это наш секрет. Если ты расскажешь, тебя накажут», «Тебе никто не поверит» и т. д.

**Объясните родителям:** нельзя наказывать ребенка за рассказанный им секрет, каким бы «ужасным» он ни был. Наоборот, надо похвалить его за то, что он нашел в себе смелость признаться в совершенном им проступке. Это даст возможность обсудить последствия и найти решение. Главное — ребенок будет уверен, что он может рассказывать родителям даже самые «ужасные вещи», и это не стыдно и не страшно. Он будет знать, что в любой ситуации может обратиться за помощью к близким людям и, что бы ни случилось, они примут и поддержат его. Доверие к родителям перевесит угрозы, страх, стыд и чувство вины, из-за которых дети часто хранят опасные «взрослые секреты».

### **Какими секретами ребенок обязательно должен делиться**

Родители должны знать о ребенке все. По мере взросления у него появляются новые права, обязанности, расширяются границы личного пространства, он начинает сам принимать решения и не все рассказывает родителям. Задача взрослых — уважительно отнестись к его растущей самостоятельности и не вмешиваться бесцеремонно в личное пространство.

В то же время важно вместе с детьми определить, какие секреты они могут хранить от взрослых, а какими в обязательном порядке делиться. Дети должны понимать, что есть секреты хорошие (например, праздник в честь дня рождения, о котором не должен догадаться именинник) и секреты, хранить которые по-настоящему опасно. В последнем случае это прежде всего касается здоровья и самочувствия ребенка и, конечно, его тела.

Родители должны внушить сыну или дочери: секрет нельзя держать в себе, если из-за него можно пострадать или попасть в неприятности; происходит что-то непонятное, неправильное, что пугает или вызывает чувство неловкости; появляется ощущение «что-то здесь не так».

К «опасным секретам» относятся: прикосновения чужих людей; подарки и активное проявление внимания от посторонних; контакты в Интернете, которые вызывают опасения; секреты, которые кто-то просит сохранить навсегда; опасные игры и рискованные предложения от сверстников и взрослых, если из-за них придется обойти правила, которые запрещают нарушать родители, и если эти занятия смущают ребенка и он стесняется о них говорить; любая вещь, которая вызывает у ребенка беспокойство и чувство неуверенности в том, что она правильна.

Главное, что нужно донести до детей, — когда секрет становится проблемой, это уже не секрет. Это повод поговорить со взрослым о своем беспокойстве.

### **В чем опасность послушания**

У ребенка создается впечатление, что в этом мире взрослым дозволено все. Многих детей воспитывают в духе полного подчинения и послушания взрослым: «Слушайся взрослых!», «Не спорь!», «Старшие лучше знают!», «Делай, как я сказал!» Пока он маленький и слабый.

то полностью в их власти, и единственный способ им понравиться — быть покорным, делать, что скажут, не задумываясь. Даже если что-то не нравится, неприятно и больно, следует молчать и выполнять — ведь взрослые лучше знают.

Подобные установки не проясняют деталей и могут нанести вред ребенку. Например: «Нужно слушаться взрослых». Каких именно взрослых? В чем именно слушаться? Всегда ли взрослые правы? Или: «Старшие лучше знают». Что конкретно они лучше знают? Например, что знают про меня? А старшеклассник в соседней квартире тоже старший? Именно через такие неконкретные установки ребенок становится уязвимым для людей, психически нездоровых, опасных или асоциальных.

Объясните родителям: важно говорить с ребенком о том, как ему быть в каждом конкретном случае взаимодействия со взрослыми и детьми, детально обсуждать с ним ситуацию, контекст, действия участников. Так ребенок: научится опираться на свое мнение: приобретет навык отстаивать свою позицию; будет чувствовать, что он так же важен, как и другие люди, включая взрослых, это вселит в него уверенность; будет знать, что имеет право сомневаться в правоте других.

Родителям необходимо внимательно слушать, что говорит им сын или дочь. Не спешить опровергать или высмеивать его точку зрения. Уважать дела и чувства ребенка, это поможет ему сформировать адекватную самооценку, развить чувство собственного достоинства и понимание личных границ.

Обеспечив ребенка нужными знаниями, воспитав его в уважении и доверии, родители уберегут его от сексуального домогательства: он научится оценивать происходящее («происходит что-то ненормальное»), сможет дать понять потенциальному насильнику, что ему не нравится и он не желает продолжать, позовет на помощь и обо всем расскажет, а не спрячет в себе.