

ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ И ВАШ РЕБЕНОК

Говорить со своим ребенком о сексе вообще непросто. Мы волнуемся, что можем сказать слишком много или слишком мало, начнем слишком рано или слишком поздно, беспокоимся о том, какие слова нам при этом использовать. И как будто этого недостаточно: теперь нам говорят, что мы еще должны разговаривать с ними о сексуальном насилии. Как нам это сделать? Когда мы должны это делать? И что нам говорить?

Чему мы должны научить нашего ребенка?

Для того чтобы дети могли защитить сами себя от насилия, должны присутствовать четыре элемента:

1. Знание и способность определить, что такое сексуальное насилие;
2. Умение контролировать свое собственное тело при обмене физическими знаками привязанности;
3. Умение сказать кому-либо, чтобы он или она его (ее) не трогали;
4. Уверенность в том, что взрослый, если ему сказать о том, что случилось, поверит им и защитит их.

Расскажите вашему ребенку...

1. Твое тело принадлежит только тебе. У тебя есть право на то, чтобы ты мог одеваться, мыться и спать один (в одиночестве).
2. Люди трогают друг друга по-разному. Большинство прикосновений приятны— это хорошие прикосновения. Некоторые прикосновения, вроде щекотания, могут тебя смутить, потому что вначале они как будто даже приятны, а потом, если их не прекратят, могут стать очень неприятными, нехорошими. Некоторые прикосновения болезненны — они нехорошие. Если ты сомневаешься в каком-нибудь прикосновении, в том, хорошее оно или плохое, спроси кого-нибудь, кому ты доверяешь.
3. Если кто-нибудь потрогает тебя так, что тебе это не понравится, или попросит тебя потрогать его "плохим" способом, тебе не надо разговаривать и общаться с этим человеком.
4. Мы разрешаем тебе сказать такому человеку: "Нет" или: "Не трогай меня так". У тебя есть право уйти от этого человека.
5. Мы разрешаем тебе сказать о случившемся взрослому, которому можно доверять, — тут назовите нескольких взрослых, которым ваш ребенок может сказать.
6. Объясните ребенку слова, которыми в словаре обозначаются интимные части тела, включая гениталии.
7. Никакой взрослый не должен трогать твои интимные части тела, если только это не доктор, который делает это для твоего здоровья. Если взрослый потрогает тебя и скажет: "Это наш секрет", — мы хотим, чтобы ты все равно об это рассказал (детям надо внушить, чтобы они никогда ни при каких обстоятельствах, не хранили такого рода секреты).



8. Никакой взрослый не имеет права просить тебя трогать интимные части его тела.

9. Ты не виноват, если взрослый потрогает интимные части твоего тела. Это взрослый должен был понимать, что так нельзя делать. Это вовсе не твоя вина.

10. Мы поверим тому, что ты нам скажешь. Мы тебя защитим.

Что еще мы должны сделать, чтобы защитить нашего ребенка?

1. Всегда знать, где ваш ребенок и с кем. Проверяйте приходящих нянь, сиделок, которых вы приглашаете, и с осторожностью относитесь к тому, чтобы ребенок ночевал вне дома.
2. Пусть дети ходят парами или группами, когда это возможно. Дети должны всегда идти домой одним и тем же путем.
3. Познакомьтесь со взрослыми, которые работают с вашим ребенком в школе и в свободное время.
4. Не пускайте ребенка одного в общественный туалет.
5. Прислушайтесь к вашему ребенку. Простые слова типа: "Мне больше не нравится этот учитель музыки" или "Я не хочу, чтобы дедушка приезжал к нам в гости" могут нести в себе важное сообщение. Спросите ребенка: "Почем уже?"

Проверьте, понял ли ребенок то, чему вы его научили, играя с ним в игру типа "А что, если...?".

- Обсудите с ребенком специфические ситуации и любую другую информацию по его личной безопасности, например, что он будет делать, если потеряется в магазине, пропустит автобус и т.д.
- Пусть ребенок участвует в выборе правильного решения.
- Концентрируйте внимание на ситуации, а не на человеке.
- Начните с "незнакомца", потом перейдите к "людям, которых ты вроде знаешь", например, лифтер, сантехник, сосед, приходящая няня, а затем – к тем, кого ребенок любит.
- Будьте конкретными: "Что бы ты сделал(а), если бы такой-то пригласил тебя покататься и засунул руку к тебе в штанишки?"
- Не имеет значения, кто. Реакция ребенка должна быть одинаковой. Если ребенок ответит неправильно, поработайте над этим. Помогите ребенку говорить о том, как он должен поступить.
- Нельзя быть уверенным, что ребенок все понял как надо, если не говорить с ним о потенциально опасных ситуациях очень конкретно.

6. Время от времени говорите о личной безопасности всей семьей. Напоминайте вашим детям, что они всегда должны рассказывать, если с ними что-нибудь случится. Если первый, кому они расскажут, не поверит им, они должны рассказать, еще кому-нибудь, и еще, и еще – пока кто-нибудь не примет меры.

7. Если ребенок скажет вам, что с ним такое произошло, не паникуйте.

Если вы проявите гнев, ребенок может ощутить чувство вины и взять назад свои слова. Отвечайте ребенку спокойно, уверьте его в том, что он ничего плохого не сделал и что это не его вина. Поддержите ребенка, попытайтесь понять его чувства – испытывает ли ребенок гнев, страх, печаль или тревогу, – успокойте его, сказав, что вы защитите его от повторения насилия.

Пусть ваш ребенок знает, что вы предпримете шаги к тому, чтобы остановить насилие, и объясните ему, что вы собираетесь сделать. Специалисты могут помочь вам провести ребенка через этот процесс. Если вашего ребенка опрашивает социальный работник или полиция, сделайте так, чтобы при этом присутствовал кто-нибудь из близких ребенку людей.

8. Если вы подозреваете, что ваш ребенок или какой-либо другой ребенок стал жертвой насилия, по закону вы должны сразу сообщить об этом в полицию или службу защиты ребенка.