

Что могут сделать родители, чтобы уберечь ребенка от сексуального насилия

Время от времени появляются вопросы - сигналы от взрослых людей, которые пережили сексуальное насилие в детском возрасте и всю оставшуюся жизнь живут с этим тяжелым грузом в своем сердце. Их судьбы сложились по-разному, многие из них давно уже сами мамы и бабушки, но тяжесть в сердце не дает покоя до сих пор. Эти люди просят нас помочь другим не допустить подобной беды в жизни своих детей.

Увы, статистика очень страшная. Около 2,5 тысяч детей в год подвергаются сексуальному насилию в России. Эта тема тяжелая, и ее трудно обсуждать. Но, несмотря на это, проблема очень серьезная и, к сожалению, распространенная.

Каждому родителю необходимо знать и понимать, что такое явление есть в нашем обществе, и делать все, чтобы оградить своего ребенка от него. Полезно помнить, что в 75 – 90 % случаев насилие совершают хорошо знакомые ребенку люди.

Поэтому главная задача каждого родителя - стремиться к доверительным отношениям со своим ребенком.

Чтобы при первых попытках кого бы то ни было совершить насильственные действия, ребенок пришел к вам и все рассказал. Поверьте, это поможет предотвратить беду.

Как можно распознать признаки сексуального насилия (на что надо обращать внимание родителей в первую очередь)

- Ребенок становится замкнутым, неразговорчивым, нервным, агрессивным или, наоборот, безразличным.
- Ребенок отказывается оставаться наедине с конкретным человеком.
- У него появляются ночные кошмары и необоснованные страхи.
- Он начинает активно интересоваться сексуальными темами.
- Если ребенок учится в школе, то его успеваемость снижается.
- Самооценка ребенка падает.
- Часто ребенок плачет и старается быть один.
- Ребенок может неадекватно реагировать на обычные прикосновения и ласки.
- Может отказываться от медицинских осмотров.



Некоторые из перечисленных признаков в той или иной мере могут проявляться и у детей, находящихся в состоянии стресса, не связанного с насилием. Основной метод – наблюдение.

Родителям надо быть очень внимательными к своему ребенку и его состоянию. Сообщение о насилии достаточно трудно получить от ребенка любого возраста. Дети стесняются говорить об этом, иногда боятся, потому что насильник запугивает и угрожает.

Как можно уменьшить риск для детей стать жертвой насилия и сделать их более защищенными?

1. Главное, поддерживайте тесные и доверительные отношения в семье. Ребенок должен быть уверен, что его родители поймут любую его проблему и придут на помощь.
2. Старайтесь, чтобы ваш ребенок был у вас на виду. Старайтесь как можно больше знать о нем: с кем дружит, общается, какая семья у его друзей. Присматривайтесь к взрослым, которые окружают ребенка, работают с ним.
3. Учите ребенка не вступать в контакты с незнакомыми людьми. Даже если они называют себя представителями власти, журналистами, режиссерами и т.д.
4. Постарайтесь, чтобы ребенок не был один на улице в темное время суток.
5. Оградите его общение с людьми «группы риска», пьяницами, судимыми, наркоманами... Даже если вы считаете их приличными людьми, которые, по-вашему, не причинят вреда вашему ребенку, не теряйте бдительности.

Конечно, мы не можем предусмотреть всех возможных ситуаций и не в наших силах изолировать всех маньяков и насильников в специализированные учреждения, но в наших силах сделать все возможное и невозможное, чтобы защитить своего ребенка от них. Разумеется, это не значит, что всех надо подозревать, запугивать своих детей. Необходимо учить их самосохранению.

Автор статьи – психолог Фомина Наталья.