

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ ТЫВА

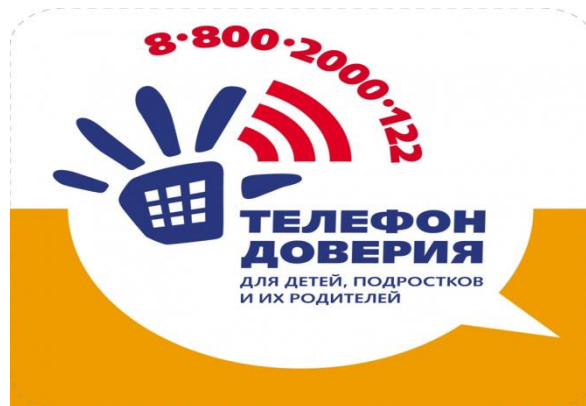
г. Кызыл, ул. Калинина, 1 «б»

Тел.: 6-22-54

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР
ПСИХОЛОГО-МЕДИКО-
СОЦИАЛЬНОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ
«САЙЗЫРАЛ»

г. Кызыл, ул. Дружба, 50

тел. 5-33-20



Составитель: педагог-психолог

Усова И.Н.

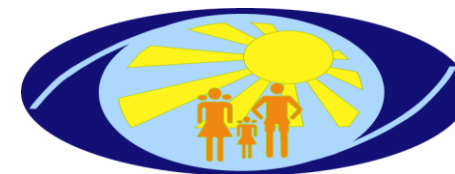
По материалам

E-mail: www.psy-gest.ru

ГБОУ

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР

ПСИХОЛОГО-МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ «САЙЗЫРАЛ»



**Сексуальное
насилие**

(памятка для родителей и педагогов)

Кызыл, 2012 г.

Признаки в поведении ребенка, которые могут указывать на сексуальное насилие:

- Резкие перемены в поведении, слишком послушное поведение или агрессивность.
- Нарушения сна (бессонница или кошмары).
- Отказ посещать определенное место или оставаться наедине с определенным человеком, нежелание общаться со сверстниками.
- Возврат к инфантильному поведению (сосание пальца, энурез) или не по возрасту сексуализированное поведение.
- Причинение вреда себе (частые порезы, ожоги), суицидальные попытки.
- Жалобы на свое здоровье без указания конкретной причины, депрессия, генитальные травмы.
- Беспорядочная половая жизнь, уход из дома, наркотическая зависимость (у подростков).

Сочетание перечисленных признаков может говорить о том, что ребенок подвергается сексуальному насилию. И, несмотря на то, что дети могут демонстрировать их по разным причинам, отличным от сексуального насилия, очень важно их не игнорировать.

Как вы можете помочь своим близким?

Пережившие сексуальное насилие испытывают множество трудностей, отчасти

связанных с тем, что произошедшее с ними отдаляет их от привычного окружения. Испытывая острое чувство вины и стыда, они боятся натолкнуться на непонимание и осуждение со стороны близких людей. Поддержка и понимание значимых людей особенно важны в этой ситуации. Чтобы помочь другому человеку освободиться от гнетущих эмоций и воспоминаний, необходимо показать, что вы понимаете пострадавшего и хотите помочь. Бывает трудно найти уместные слова:

- Позвольте пострадавшему самому сделать выбор относительно дальнейших действий. Пусть он/она сам решит, обращаться ли в милицию, рассказывать ли о случившемся семье и друзьям. Жертве важно самой распоряжаться своими поступками и понимать, что окружающие уважают ее решения.
- Ваша поддержка может быть выражена словами: *"Я поддерживаю любое твое решение", "Я буду рядом с тобой всегда, когда тебе понадобится помощь"*.
- Если ваша подруга не чувствует себя в безопасности, скажите ей: *"Обязательно скажи, если тебе страшно, я буду рядом с тобой"*.
- Если она винит себя в произошедшем, скажите ей: *"Не вини себя, ведь ты сделала все, что могла", "Он не имел права так поступать с тобой"*.
- Если жертва чувствует гнев: *"Я тоже выхожу из себя, когда думаю о том, что с тобой случилось"*.
- Если подруга спрашивает себя *"Почему я?"*: *"Это может случиться с*

каждым человеком. Любая (и я тоже) могла бы оказаться на твоём месте".

- Если женщина плачет, не пугайтесь ее реакции. Иногда слезы лучше выражают то, о чем трудно говорить.
- Позвольте ей самой решать, хочет ли она, чтобы ее обняли. Некоторые женщины не против, чтобы к ним прикасались с любовью и поддержкой. Другим будет лучше, чтобы их вообще никто не трогал.
- Расскажите о существовании **телефона доверия**

8-800-2000-122, 4-88-22

- Так же можно обратиться за помощью к психологу или психотерапевту. Бывает, что сначала кажется, что все позади и вы в состоянии справиться самостоятельно. Но после вы понимаете, что без помощи специалиста не обойтись. Обратиться за помощью можно всегда, вне зависимости от давности пережитого насилия.
- Храните тайну, которую вам доверили. Не рассказывайте другим то, что вы услышали. Пусть ваша подруга сама решит, с кем поделиться случившемся.
- Не расстраивайтесь, если вам кажется, что вы не нашли верных слов. Ваше присутствие и тепло вашей любви уже сами по себе являются неоценимой поддержкой и важным условием для исцеления.