

Профилактика преступлений, совершаемых против половой неприкосновенности и половой свободы несовершеннолетних

Часто задаваемые вопросы и ответы по теме полового воспитания

(информация подготовлена Министерством здравоохранения
Чувашской Республики)

1. Что такое половое воспитание ребенка? Нужно ли его избегать или об этом все-таки нужно говорить? И как об этом нужно с ним разговаривать?

Сексуальное (половое) воспитание – это не разговоры о сексе. Это разговоры о физиологии, гигиене, безопасности, умении говорить «нет», о личных границах, понимании своего тела и его потребностей, о здоровом образе жизни. И начинается оно с рождения ребенка. Сразу проявляется разрешением либо запретом на изучение своего тела, гениталий, позже (в два-четыре года) – объяснением самых простых правил гигиены, а через них – физиологии, устройства половых органов, их названия. В этом же возрасте родители обязательно должны проговаривать правила интимных зон, чтобы ребенок с малых лет понимал, что не всегда и не везде мы можем ходить обнаженными, что никто не имеет права трогать нас без разрешения и особенно прикасаться к нашим гениталиям. Это касается и родителей (они обязаны объяснить причину и спросить разрешения), и врачей (которые могут до 14 лет проводить манипуляции только в присутствии родителей и только с разрешения ребенка).

А вопрос «откуда берутся дети?» совершенно не про секс. И зря мамы и папы его так боятся. Это вопрос познания мира, собственной идентичности. Ребенку в этот момент важно понять, как произошло чудо его появления, а не про интимные взаимоотношения.

Хотя впервые дети спрашивают, откуда они появились на свет, в 3-4 года, лучше не сочинять им про это сказки, считают психологи. Если правду не скажете вы, все объяснят вашему ребенку более старшие дети. А объяснения товарищей вызовут у вашего чада вполне определенные реакции: или в нем проснется нездоровый интерес к своему телу и телам взрослых, или он с ужасом подумает: «Неужели мои родители делали это?!..» В последнем случае кроме душевной травмы малышу будут еще гарантированы и насмешки не в меру просвещенных сверстников.

Лучше сразу признаться, что сначала ваш ненаглядный ребеночек почти год жил в животике у мамы. Когда-то он был всего лишь точкой, потом вырос до яичка, чуть позже напоминал маленькую рыбку, потом превратился в динозаврика, со временем стал похож на котеночка, а родился хорошеньким человечком... В упрощенном виде вы изложите теорию развития видов по Дарвину, глядишь, когда-нибудь на уроках биологии эти знания ему пригодятся.

Но все-таки самый главный вопрос: как «точка» попала в мамин живот? На этом этапе просвещения можно сказать, что дети появляются в мамином животике после того, как папа и мама встретились, полюбили друг друга и поженились. Вполне возможно, что тут ваш малыш захочет узнать историю знакомства родителей. Не бойтесь поведать ему, как вы впервые увидели друг друга в гостях, во время учебы или на работе, как почувствовали друг к другу симпатию и интерес... Семейная история позволит ребенку ощутить единение с родителями.

Есть несколько тем, о которых нужно сказать обязательно. Например, интимные части тела: нужно назвать их, показать, где они находятся, и объяснить, что они предназначены только для самого человека, поэтому другие люди могут видеть и трогать их только в очень конкретных ситуациях. После этого можно рассказать уже о ситуациях: они бывают безопасные и небезопасные, а также прикосновения бывают безопасные и небезопасные.

2. С какого возраста нужно предупреждать ребенка о том, что его может подстеречь опасность? Как ему об этом лучше сказать, чтобы не травмировать детскую психику?

В возрасте от 3 до 5 лет, малыш начнет осознавать опасность некоторых вещей и сможет частично контролировать свое любопытство. Психика малышей раннего и дошкольного возраста устроена таким образом, что они пока не способны осознавать последствия своих действий даже для самих себя, что уж тут говорить о последствиях для других людей. Наиболее распространенные ситуации, в которых родители требуют от малышей продумывать, что произойдет после их поступков, связаны с детской безопасностью: детки часто выбегают на проезжую часть, едят красивые красные ягодки с неизвестных им кустов, играют со спичками и другими потенциально опасными предметами.

Дети в этом возрасте действительно не осознают последствий своих поступков! Тем не менее, если вы доступным им языком расскажете, почему нельзя играть на проезжей части и терпеливо будете объяснять это раз за разом, это закрепится в памяти у малыша.

Хорошей иллюстрацией могут служить детские сказки, например о Колобке, который не подумал о последствиях и был съеден Лисой.

По мнению специалистов, дети не должны постоянно слышать от родителей «нельзя», особенно в дошкольном возрасте. Им обязательно нужно объяснять, почему не стоит делать то или иное действие.

А вот с 7-летнего возраста формируется произвольная способность регуляции собственного поведения. Именно по этой причине рекомендуется отдавать детей в школу не ранее семи лет. В этом возрасте ребенок способен следовать правилам, соблюдать их, руководить своими действиями: например, не вставать с места во время урока. Ко всем этим умениям добавляется еще одно – способность осознавать последствия своих действий для самого себя. **Младший школьник** уже понимает, что нельзя играть с огнем, потому что можно обжечься. **Восьмилетний ребенок** уже не станет есть непонятные красные ягодки, потому что сможет продумать последствия: «Если этот куст окажется ядовитым, я отравлюсь».

Т.е. в младшем школьном возрасте ребенок уже может осознавать последствия своих действий для самого себя, но пока еще не может предугадать, как его действия отразятся на других людях. Именно поэтому возраст уголовной ответственности наступает значительно позже.

Именно в подростковом возрасте формируется способность осознавать последствия своих действий не только для себя, но и для окружающих. 14 лет – возраст наступления частичной уголовной ответственности, когда тинейджер уже понимает, что его действия могут нанести вред другим людям. Тем не менее, не стоит забывать и о таком феномене подросткового возраста, как вера в **персональный миф** – характерное для подростка сознание того, что он является исключением из законов природы и будет жить вечно. Именно вера в персональный миф иногда толкает подростка к совершению опрометчивых импульсивных поступков, потенциально несущих опасность для его жизни. Персональный миф пошатывает способность подростка к осознанию последствий своих действий для самого себя, но сохраняет возможность продумывать их для окружающих.

Постарайтесь не говорить подростку фраз типа: «ты не понимаешь элементарных вещей – не знаю, что из тебя вырастет» или «молодой еще – многого не понимаешь». Родителям необходимо аргументировать свою точку зрения, объясняя что-то подростку.

В 16 лет человек уже может продумывать свои действия наперед, строить планы и понимать, что именно будет зависеть от его поступков.

Родители очень часто сомневаются в необходимости «неприятного разговора» на тему сексуальной безопасности. Увы, «своего» времени для того, чтобы ребенок узнал об этом сам, просто нет. Узнать можно либо на своем опыте (чего как раз лучше бы избежать), либо от родителей, либо не узнать совсем. Дети обычно не обсуждают перенесенные домогательства или насилие между собой, поэтому разговоры с родителями – наиболее безопасный и правильный путь.

Разговор можно начинать уже с двух лет. Это время для первых бесед о том, что на теле есть разные места и некоторые из них – особенные. В этом возрасте ребенок уже способен понять общую идею согласия и отказа. Немного погодя можно расширить тему и рассказать, что и в каких ситуациях с ребенком допустимо делать взрослым, а что нет.

Конечно, за один разговор вы все не объясните. Тема безопасности – так же как и тема «Откуда я взялся» – должна быть доступна для обсуждения постоянно; разве что кроме ситуаций, когда вокруг находятся посторонние люди. Так что разговоров будет несколько, и между ними могут быть долгие перерывы.

3. Будет ли безопаснее для ребенка, если он будет более просвещен в интимном плане, в области интимной безопасности, анатомической терминологии?

Статистика говорит о том, что насильники реже делают своими жертвами тех детей, которые знают анатомические термины для обозначения половых органов. А в

некоторых семьях используют уменьшительно-ласкательные термины. Нужно ли называть вещи своими именами?

Исследования и статистика говорят о том, что насильники реже делают своими жертвами тех детей, которые используют медицинские термины для обозначения гениталий. Слова «пенис», «вагина» или «анус» должны быть известны детям с раннего возраста.

Рассмотрим их аргументы.

- Если ребёнка трогают неподобающим образом, он сможет более точно рассказать об этом доверенному взрослому из системы соцзащиты, например: «XXXX трогал мой пенис». Это будет иметь больший вес, если обвинения, выдвинутые ребёнком, пойдут в суд.
- Если ребёнок говорит родителю или учителю, что, например, «XXXX трогал мой пирожок», фразу, скорее всего, проигнорируют. Если ребёнок говорит, что «XXXX трогал мою вагину», появляется гораздо большая вероятность, что ребёнка выслушают и примут всерьёз.
- Если ребёнок говорит преступнику «Перестань! Не трогай мою вагину!», то потенциальный насильник понимает, что этот ребёнок вооружён знанием о безопасности тела. Такого ребёнка с меньшей вероятностью выберут объектом насилия. Кроме того, педофилы могут опасаться ребёнка, который использует правильные названия для половых органов, потому что это взрослые термины, и если ребёнок расскажет взрослым, они не смогут просто расценить прикосновения как «безобидное развлечение».
- Если ваш ребёнок вдруг начинает использовать уменьшительно-ласкательные слова, вы можете спросить, где он их слышал, так как ваша семья использует правильные анатомические названия. Это может быть тревожным сигналом.
- Использование уменьшительных имён облегчает возможность для педофила «выдать» любые жалобы детей на неподобающие прикосновения за «небольшое развлечение» и приводит к тому, что родители просто закрывают на них глаза.
- Использование правильных анатомических терминов помогает правильно объяснить детям изменения, происходящие с их телом, когда начинается половая зрелость. Это дает возможность обсудить тему, не превращая её в шутку и не принижая её важности. Такие слова для обозначения частей тела, как «пенис» и «вагина», должны быть такими же «обыденными» для вашего ребёнка, как и любые другие части тела, например, локоть или нос.

В целом, всё, чего хотят родители, воспитатели, учителя и медицинские работники, – это сделать детей более сильными и уверенными в себе! Приучение их к использованию правильных анатомических названий для обозначения половых органов – это шаг, приближающий к этой цели. И в этом не ничего плохого!

4. Как начать беседу с ребенком о сексуальной безопасности?

Правило нижнего белья – простой способ обезопасить вашего ребенка от насилия. Оно учит детей, что их тело принадлежит им, что они имеют право сказать «нет» и что необходимо информировать взрослого, если они расстроены или обеспокоены.

Рекомендации и методы:

- не относитесь к беседе о безопасности вашего ребенка как к единичной. Гораздо лучше проводить беседы почаще и небольшими порциями. Это поможет подчеркнуть ключевые пункты и по мере взросления ребенка адаптировать то, что вы хотите донести до ребенка, к более старшему возрасту;
- когда вы будете готовы к разговору, ваш ребенок может быть к нему не готов. Не волнуйтесь. В этом вопросе очень важно не настаивать на своем. Нельзя, чтобы ребенок думал, что разговор очень важен;
- включение простых бесед о безопасности вашего ребенка в повседневный распорядок дня – прекрасный способ предотвращения превращения беседы в лекцию. Если беседа не будет казаться вашему ребенку странной, то и вам гораздо легче будет говорить на эти темы.

5. Как объяснить детям о мерах предосторожности, с чего начать?

Начните с правила «нижнего белья». Оно довольно простое: никто не имеет права трогать детей за те места, которые закрыты нижним бельем. Включая родителей, кстати. Самому ребенку тоже запрещено трогать других людей за эти зоны. Ребенок никогда не бывает слишком мал, чтобы не обучать его «Правилу нижнего белья», поскольку домогательства могут иметь место в любом возрасте.

Твое тело принадлежит только тебе.

Никто не может обнимать или целовать ребёнка без его согласия. Спрашивать разрешение перед телесным контактом - правильно! «Можно я тебя обниму?», «Можно взять тебя за руку?».

Прикосновения могут быть хорошими и плохими. Плохие - когда тебя трогают без разрешения. Прикасаются к интимным зонам или смотрят/фотографируют их. Либо демонстрируют свои гениталии и просят к ним прикоснуться. Когда прикосновения тебе неприятны.

Расскажи о секретах, которые тебя расстраивают. Хорошие секреты вызывают чувство радости, предвкушения. Если какой-то секрет расстраивает – им нужно поделиться со взрослым, которому доверяешь.

Ответственность за произошедшее – всегда на взрослом. Педофилы делают все, чтобы вызвать у ребёнка стыд и вину. Это гарантия молчания. Поэтому нужно повторять, что в любых ситуациях ребёнок не виноват и требует помощи.

Просить помощь – нормально! «Ты взрослый! Справишься сам!» – вредная фраза. Нам всем важно уметь просить помощь и поддержку в сложных ситуациях. И это абсолютно нормально!».

Сексологи рекомендуют повторять их с детьми периодически, потому что детки растут и забывают их.

Секреты: дети их любят, а преступники этим пользуются. Как родителям выстроить правильный психологический контакт с детьми, чтобы вовремя понять, что ребенок столкнулся с сексуальными посягательствами? Как заручиться доверием своего ребенка?

Да. Абыюзеры (человек, который выходит за рамки допустимого) и насильники часто манипулируют детьми, используя идею секрета: или пугают, что в случае раскрытия тайны случится что-то плохое, или создают впечатление «общего секрета», который нужно хранить. Дети верят этому. Так вот, нужно объяснить, что вовсе не все секреты нужно хранить, особенно если от них становится плохо. Плохие секреты нужно рассказать взрослому, которому ребенок доверяет.

Это просто факт: все дети обожают секреты. И им часто пользуются те, кто желает причинить ребенку вред. Чтобы избежать этого, детям важно знать: никто не должен иметь с ними общих секретов. Ни другие люди, ни, к сожалению, вы сами. Фраза «это будет наш с тобой секрет» слишком часто используется преступниками, чтобы как можно дольше скрывать от родителей все, что происходит втайне от других.

Действия под покровом тайны – это основная тактика тех, кто занимается сексуальными домогательствами. Поэтому столь важно обучить детей различию между хорошими и плохими тайнами, а также создать атмосферу доверия. Любая тайна, которая вызывает у них подавленность, дискомфорт, страх или отчаяние – это плохая тайна и ее нельзя хранить в себе; о ней нужно рассказать тому взрослому, который пользуется у ребенка доверием (одному из родителей, учителю, сотруднику полиции или врачу).

Этот момент можно использовать для обсуждения различия между хорошей тайной (например, если это вечеринка-сюрприз) и плохой тайной (то есть то, что вызывает у ребенка отчаяние и подавленность). Родители должны поощрять детей в том, чтобы они делились с ними плохими тайнами.

6. Как родителям распознать, что ребенок испытывает определенный дискомфорт в результате совершенных в отношении него противоправных действий против его половой свободы и неприкосновенности?

О том, что ваш ребенок находится под воздействием сильного нервно-эмоционального напряжения, вы можете судить по следующим признакам, наблюдаемым у него:

- Частые неадекватные отрицательные эмоции (плач, хныканье, капризы).
- Понижение настроения.

- Немотивированные приступы гнева.
- Высокий индекс возрастных страхов или появление страхов, не свойственных данному возрасту (страхи более младшего или более старшего возраста).
- Пониженная коммуникабельность ребенка (с трудом вступает в контакт с незнакомыми людьми).
- Высокая конфликтность с окружающими взрослыми и детьми (сам создает конфликты).
- Высокий уровень общей и ситуативной тревожности.
- Отсутствие или минимальное проявление положительных эмоций.
- Снижение познавательной деятельности (практическое отсутствие реакции новизны).
- Пониженная игровая или учебная деятельность.
- Изменение двигательной активности (в сторону повышения или понижения).
- Снижение или повышение аппетита.
- Затруднение со сном (вплоть до бессонницы).
- Рисунки на свободные темы обычно в мрачных тонах и имеют пессимистическое содержание.

Дополнительные критерии:

- Наличие вредных привычек у ребенка (сосание пальца, языка, грызение ногтей, привычка тереть волосы, выдергивать волосы, ресницы, брови, качание головой из стороны в сторону, привычка ерзать на стуле и т.д.).
- Наличие онанизма.
- Наличие энуреза.
- Периодически появляющееся заикание.

Наличие этих дополнительных критериев указывает на то, что нервно-эмоциональное напряжение у ребенка имеет хронический характер.

Обратите внимание на то, что чем старше дети, тем больше «примет» у стресса.

7. Существуют ли какие-то службы поддержки родителей и детей, столкнувшихся с проблемой сексуального насилия в отношении детей?

Да, такая служба на сегодняшний день существует, психотерапевтическую психологическую помощь можно получить в психотерапевтическом центре расположенном по адресу: ул. Пирогова, д.6. На прием нужно будет прийти с одним из родителей (законных представителей), запись к специалистам осуществляется по электронной регистратуре, либо непосредственно в регистратуре психотерапевтического центра (тел. регистратуры: 58-53-41). График работы психотерапевтического центра с 8 до 18 часов. Анонимно ты можешь обратиться за психологической помощью на «Телефон доверия» по номеру 8-800-100-49-94.

Ресурсы <https://child.cap.ru/action/activity/profilakticheskaya-rabota/profilaktika-prestuplenij-sovershaemih-protiv-polo>