

**ПОМНИТЕ! Безопасность ребёнка и возможность пережить случившееся – важнее всего остального.**

## **ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ:**

- 1. ПОСТАРАЙТЕСЬ СОХРАНИТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАВНОВЕСИЕ.** Помните, что от Вас во многом зависит, как ребёнок воспримет и переживёт инцидент. Своей чрезмерной реакцией Вы можете напугать ребёнка больше, чем он и так напуган. Тем более, что маленький ребёнок может не осознавать, что произошло на самом деле.
- 2. ВНИМАТЕЛЬНО ВЫСЛУШАЙТЕ РЕБЁНКА.** Даже если рассказанные им факты не подтверждаются, важно понять, что своим рассказом хочет сообщить Вам ребёнок.
- 3. РАЗГОВАРИВАЙТЕ С РЕБЁНКОМ.** Старайтесь узнать у него точные факты, но не давите, будьте готовы к тому, что ребёнок будет рассказывать не всё и не сразу. Не обижайтесь, если ему будет трудно открыться Вам эмоционально. Уверьте его, что с Вами он в безопасности, это поможет восстановить доверие и эмоциональную близость. Помните, Вам потребуется выдержка и терпение: процесс восстановления может занять много времени!
- 4. УСПОКАИВАЙТЕ РЕБЁНКА.** Дайте ему понять, что Вы любите и ни в чём не обвиняете его, постарайтесь не усиливать его чувство стыда и вины. Говорите ребёнку, что вся ответственность за произошедшее лежит на взрослом.
- 5. ПОМНИТЕ, ЧТО РЕБЁНОК** постарше может чувствовать себя соучастником произошедшего и испытывать лояльность или даже симпатию по отношению к насильнику, особенно если это близкий человек. Не старайтесь переубедить ребёнка, но скажите, что насилие в отношении кого-либо никому непозволительно.

- 6. ГОВОРИТЕ, ЧТО РЕБЁНОК ВЁЛ СЕБЯ** единственно на тот момент возможным для него способом. Не критикуйте его поведение. Возможно, ему пришлось сделать выбор между жизнью и смертью, и то, что он сейчас жив и рядом с Вами, говорит о том, что выбор был правильный.
- 7. ОЩУЩЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ РЕБЁНКА НАРУШЕНО.** Поэтому будьте внимательны к тому, что может заставить ребёнка чувствовать себя некомфортно. Не подходите к нему незаметно сзади и не трогайте его неожиданно, так как телесный контакт может напоминать ему произошедшее. Возможно, ему хочется, чтобы его обняли и ободрили, а возможно, он хочет быть в одиночестве.
- 8. БУДЬТЕ ЧЕСТНЫ.** Скажите ребёнку, что собираетесь делать, и спросите его, согласен ли он с Вашими намерениями. Ребёнку важно знать о том, какие действия будут предприниматься.
- 9. ПОББАДРИВАЙТЕ РЕБЁНКА.** Не заставляйте его делать ничего, к чему он не готов, зато помогите ему как можно скорее вернуться к его привычной жизни.

**Важно!!! В подобных ситуациях целесообразно обратиться за профессиональной психологической, правовой и медицинской помощью.**

Информация о сексуальном насилии в отношении детей всегда вызывает сильную эмоциональную реакцию:

- **ИСПУГ**, так как не ожидаешь, что это могло произойти с ребёнком
- **ЧУВСТВО ВИНЫ**, так как думаешь о том, что надо было раньше начать действовать
- **ЗЛОСТЬ И ЯРОСТЬ** по отношению к насильнику
- **ЧУВСТВО БЕССИЛИЯ И РАСТЕРЯННОСТЬ**

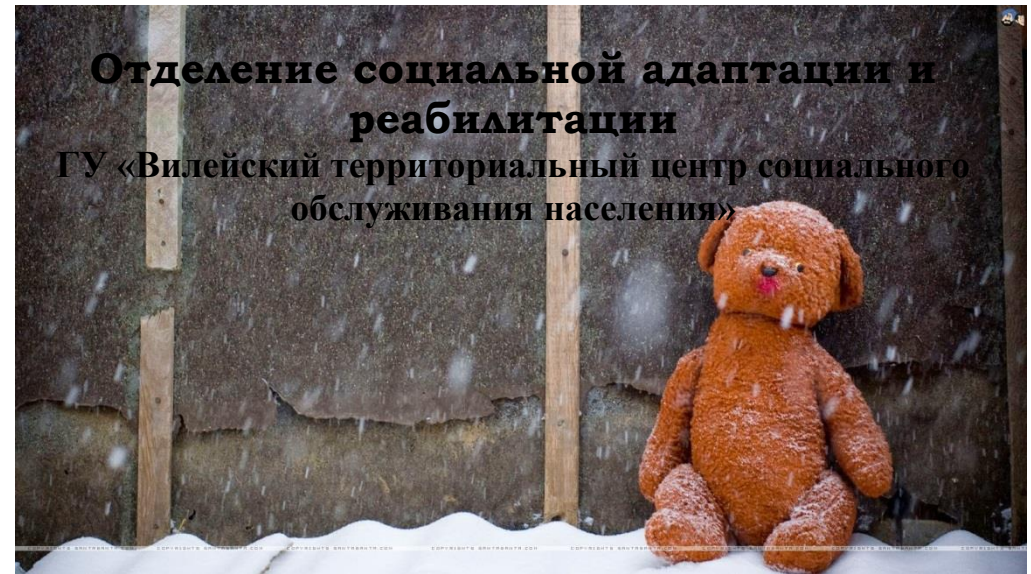
В некоторых случаях подобные эмоции приводят к тому, что родители не верят рассказанному («ребёнок сочиняет») или умаляют значение услышанного («всё не так страшно»). Эмоции будут ещё более сложными в случае, если ребёнок рассказывает, что насильником является кто-то из близкого окружения.

**В** ситуациях домашнего насилия за помощью и поддержкой всегда можно обратиться к специалистам отделения социальной адаптации и реабилитации ГУ «Вилейский территориальный центр социального обслуживания населения». **Вы можете совершенно конфиденциально и бесплатно получить:**

- 1** Помощь психолога в том, как справиться с негативными переживаниями, чувством страха, тревогой; выбрать альтернативные пути выхода из трудной жизненной ситуации.
- 2** Помощь специалиста по социальной работе в прояснении сути Вашей проблемной ситуации и в составлении планов на будущее; в сопровождении в те организации, где Вы действительно получите помощь, в которой нуждаетесь.
- 3** Помощь юриста по социально-бытовым, имущественным вопросам, вопросам опеки над детьми.
- 4** Получение временного приюта на базе «кризисной» комнаты. «Кризисная» комната предоставляет возможность покинуть место, где Вы подвергались насилию, и получить поддержку специалистов.

**Первичную консультацию можно получить по телефону:**

**3-63-17**



## **ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЁНОК ПОДВЕРГСЯ СЕКСУАЛЬНОМУ НАСИЛИЮ**

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**