

Памятка для родителей

«Половая неприкосновенность несовершеннолетних»

Половая неприкосновенность — это часть личной неприкосновенности, которая защищает человека от любых противоправных сексуальных посягательств. В России за такие преступления предусмотрена уголовная ответственность (статьи 131–135 УК РФ).

Важно: жертвой может стать любой ребёнок, но чаще всего такие преступления совершаются людьми из близкого окружения — родственниками, знакомыми семьи.

Что можно сделать

- **Создайте атмосферу доверия.** Станьте для ребёнка другом, с которым он сможет поделиться переживаниями.
- **Обсуждайте вопросы безопасности.** Помогите ребёнку усвоить «Правило пяти нельзя»:
 - не разговаривать с незнакомцами на улице и не впускать их в дом;
 - не заходить с ними вместе в подъезд и лифт;
 - не садиться в чужую машину;
 - не принимать от незнакомцев подарки и не соглашаться на их предложение пойти куда-либо;
 - не задерживаться на улице одному, особенно с наступлением темноты.
- **Научите говорить «нет».** Объясните, что нужно сразу отвечать отказом, если предлагают зайти в гости, подвезти, если за ним в учебное заведение пришёл посторонний, или если в отсутствие родителей пришёл малознакомый человек и просит впустить.
- **Контролируйте интернет.** Знайте, какие сайты посещает ребёнок, с кем общается в сети, и ограничивайте доступ к контенту с сексуальным подтекстом.

- **Поддерживайте связь с друзьями ребёнка и их родителями** — это помогает лучше контролировать ситуацию.

Как понять, что ребёнку нужна помощь

Обратите внимание на изменения в поведении и состоянии:

- вялость, апатия, пренебрежение к своему внешнему виду;
- постоянное чувство одиночества, грусти, снижение настроения;
- изоляция от друзей и близких либо, наоборот, навязчивое стремление искать сочувствия у незнакомых взрослых;
- проблемы с концентрацией внимания, снижение успеваемости;
- тревожность, страх, отчаяние, неуверенность в себе;
- нарушения сна, кошмары, страх перед засыпанием;
- соматические симптомы (головные боли, боли в желудке);
- повышенная агрессивность или, наоборот, гиперактивность;
- нежелание участвовать в привычных занятиях, играх;
- признаки, связанные со здоровьем (повреждения в интимной зоне, следы спермы, заболевания, передающиеся половым путём).

Важно: сами по себе эти признаки не всегда однозначно указывают на сексуальное насилие — они могут появляться и по другим причинам. Но если вы заметили несколько из них, это повод серьёзно поговорить с ребёнком и, при необходимости, обратиться за помощью к психологу или в правоохранительные органы.

Что делать, если ребёнок рассказал о насилии

- **Не обвиняйте и не ругайте.** Это может окончательно разрушить доверие.
- **Сохраните спокойствие.**
- **Постарайтесь выяснить детали.** Спокойно спросите, что именно произошло, кто об этом знает.

- **Обратитесь за профессиональной помощью.** Психолог поможет ребёнку справиться с травмой, а при подтверждении факта насилия — правоохранительные органы и органы опеки.

Правовые последствия для родителей

Если в семье жестоко обращаются с детьми, в том числе покушаются на их половую неприкосновенность, родителей могут лишить родительских прав (ст. 69 Семейного кодекса РФ).

Помните: ваша задача — не только защитить ребёнка сейчас, но и помочь ему в будущем справляться с последствиями травмы. Если вам сложно начать такой разговор или вы чувствуете тревогу за ребёнка, не стесняйтесь обратиться за консультацией к специалисту