ПАМ'ЯТКА ДЛЯ БАТЬКІВ: ЗАХИСТ ДІТЕЙ ВІД СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА

Як розпізнати загрозу, попередити біду, підтримати дитину та куди звернутися по допомогу

ЩО ТАКЕ СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО НАД ДІТЬМИ?

Це будь-яке залучення дитини до дій сексуального характеру з метою задоволення потреб чи отримання вигоди дорослим або старшим підлітком. Воно буває **контактним** (дотики до інтимних зон, зґвалтування, примус до дотиків) та **безконтактним** (демонстрація статевих органів чи порнографії, розбещувальні розмови, створення інтимних фото/відео, онлайн-грумінг і шантаж в інтернеті). **Дитина ніколи не винна — відповідальність завжди несе кривдник!**

ЯК ЗАХИСТИТИ ДИТИНУ: ПОРАДИ

- **Правило «трусиків»:** ніхто не має права торкатися частин тіла, прикритих білизною (окрім лікаря чи батьків для гігієни з поясненням).
- **Правильні назви:** навчіть дитину називати статеві органи справжніми словами, щоб вона могла чітко пояснити, якщо щось станеться.
- **Право казати «Ні»:** поважайте тілесні кордони дитини, не змушуйте її обійматися чи цілуватися з родичами проти її волі.
- **Жодних «поганих» секретів:** поясніть, що таємниці, які лякають чи засмучують, потрібно завжди розповідати батькам.
- **Безпека в мережі:** цікавтеся онлайн-спілкуванням дитини, забороніть надсилати особисті фото незнайомцям.

ТРИВОЖНІ СИГНАЛИ У ПОВЕДІНЦІ

- **Різкі зміни настрою:** замкнутість, тривожність, агресія, страх перед конкретною людиною чи місцем.
- **Регрес у розвитку:** повернення до поведінки меншого віку (енурез, смоктання пальця, страх темряви).
- **Нетипова сексуалізована поведінка:** непритаманні віку знання, ігри чи малюнки сексуального змісту.
- **Порушення сну та апетиту:** нічні кошмари, безсоння, різка втрата або набір ваги, відмова від їжі.
- **Фізичні симптоми:** біль, свербіж, синці чи виділення в інтимній зоні, скарги на біль під час сидіння.

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ДИТИНА РОЗПОВІЛА ПРО НАСИЛЬСТВО АБО Є ПІДОЗРА?

1. **Зберігайте спокій та повірте дитині:** не кричіть, не звинувачуйте і не показуйте жаху. Скажіть: «Я тобі вірю. Ти не винна/не винен. Ти вчинив(ла) правильно, що розповів(ла)».
2. **Не проводьте власне «розслідування»:** не ставте навідних запитань і не змушуйте дитину багаторазово переказувати травматичні деталі — це завдання фахівців (за методикою «Зелена кімната»).
3. **Подбайте про безпеку та докази:** ізолюйте дитину від кривдника. Якщо інцидент стався нещодавно — не мийте дитину і не періть її одяг до огляду лікаря. Збережіть скріншоти листувань.
4. **Зверніться до поліції, лікарів та психологів:** офіційне звернення допоможе притягнути кривдника до відповідальності та забезпечити дитині реабілітацію.

КУДИ ЗВЕРНУТИСЯ ПО ДОПОМОГУ В УКРАЇНІ

Якщо ви або дитина зіткнулися з насильством чи загрозою, діють безоплатні та конфіденційні лінії підтримки:

- **Національна дитяча гаряча лінія:** за номером **116 111** або **0 800 500 225** надають консультації дітям та підліткам.
- **Child Rescue – МБО «Служба порятунку дітей»:** українська благодійна організація, яка спеціалізується на захисті дітей від сексуального насильства, експлуатації та інших форм жорстокого поводження. Телефон Центру: **+38 073 023 45 45**.
- **Національна гаряча лінія з попередження домашнього насильства:** звернутися можна за номером **116 123** або **0 800 500 335**.
- **Екстрена допомога:** у разі безпосередньої загрози життю чи здоров'ю дитини необхідно негайно телефонувати до Національної поліції за номером **102**.

This is for informational purposes only. For medical advice or diagnosis, consult a professional. AI responses may include mistakes.