

一个更安全的家庭 一个更安全的世界

为 0-12 岁儿童的父母和照顾者提供有关预防儿童性虐待的资源



Harborview Abuse & Trauma Center
(Harborview 虐待与创伤中心)
www.uwhatc.org
206-744-1600

UW Medicine
HARBORVIEW
MEDICAL CENTER

如何：

01

支持性发展

02

教导有关同意

03

继续保持对话

04

注意到令人担心的行为

05

对虐待所做出的回应

作为父母和照顾者，你在帮助防止儿童受到性虐待方面担当一个非常重要的角色。你是教导你孩子该如何被对待和他们应该如何对待他人的最佳人选。他们每天都看到你如何去做！

在这本小册子中，你将会找到如何与子女交谈和采取行动的想法。无论如何，就算家庭确实谈论到这些事情，有时儿童仍然有可能受到性虐待。这本小册子也会讨论到如果真的发生这种情况该怎么办。

我们一同积极的投入在建立一个更安全的家庭和更安全的世界。如果你需要帮助，请联系我们。我们都很愿意与你来讨论。

Harborview Abuse & Trauma
Center(Harborview 虐待与创伤中心)



uwhatc.org



206-744-1600

介于

7 - 13

年龄的儿童
在儿童受到性虐待的频率中是最高的。

五分之一的女孩 20 位男孩中有 1 位

在 18 岁之前，遭受到性虐待。这数字不包括所有未举报的人士。

资料来源：
全美犯罪受害者中心

支持性发展



“你的身体属于你自己的。照顾好自己的身体并保持健康和安全的非常重要的。”

“看看和触摸自己的身体是可以的。你可以在卧室或浴室里这样做。”

“当一个人怀孕时，胎儿会在他们的子宫中生长(而不是在他们的肚子中)。”

“我不知道如何回答这个问题，但我真的很高兴你问我。我要买一本书，这样我们就可以一起来学习了。”

- 性发育是成长过程中一个正常的部分。想一想你希望你的孩子如何处理他们的个人健康和人际关系。想一想他们需要的技能，和他们如何随着时间发展来学习这些技能。
- 教导孩子有关身体部位的正确名称，包括生殖器官，这一点是很重要的。通过教导这些单词，你可以让他们知道使用这些词句是可以的。邀请他们向你提问或告诉你他们是否有任何疑虑。
- 身体的自主权是指当一个人可以对自己的身体做出决定。讲一讲这对你的家人和孩子代表着什么意义。想想当他们长大后成为自我发声/倡导者时，你如何支持他们。
- 孩子们经常对婴儿来自哪里，上厕所，身体和成长都有疑问。他们需要在这些问题中得到答案。你可以提前想一想如何用最直接和适合年龄的方式来回答这些问题。
- 你如何知道孩子们在什么时候准备好谈论这些事情？如果他们提问，这是一个很好的现象表示他们已经准备好了！给年幼的孩子一点点信息是可以的，然后等一下看看他们是否有更多的问题。重要的是要确保你说的话是正确和诚实的。
- 偶尔的性行为 and 玩弄对幼儿来说很平常的事，比如扮演家庭角色或扮演医生。探索和触摸自己的身体也是很常见的行为。你可以为他们设定限制并教导你的家庭规矩。如果你不确定孩子的行为是否令人担忧，可以打电话到我们的中心。
- 资源:请浏览我们的网站 www.uwhatc.org [请按“Brochures and Resources小册子和资源”] 来获取我们所推荐的图书清单。请观看在 www.amaze.org 上的视频。你孩子的医生也是一个很好的资源。

教导有关同意

找出机会来示范同意。让孩子有机会来决定如何(或是否可以)分享自己的身体是很有帮助的。

“我希望你今天在学校过得愉快。我想拥抱你，或者我们可以举手击掌。你想怎样说再见？”

“我可以把你的这张照片发给你的阿姨和叔叔吗？”

教导如何确认出“不要”和“要”，和如何做出回应。

“猫咪通常都喜欢被人用温柔的方法来抚摸。如果牠走开，表示牠不喜欢你这样做，你需要停下来。”

“当你和他在摔跤时，看看他的脸。他是否看起来仍然玩得很开心？他是在笑吗？如果你不确定，你可以问一问他是否想继续摔跤。”

保留开放对话状态，让孩子们随时都可以报告。

“如果有人碰到你的私处，或者违反了我們之间的任何规定，你可以随时和我交谈。你不会有麻烦的。”

“我的工作帮助确保你的安全。所以，如果有人让你感到受伤、悲伤、困惑或不舒服，你可以随时与我交谈。就算是我喜欢或你喜欢的人。”

把身体安全规则放在其它家庭安全规则中。

“触摸他人的阴茎、外阴或臀部，或向他人展示你的阴茎，都是不可以的。这些都是身体私密的部位。其他人也应该遵守这些规则。”

“如果你对某事觉得不安全或不舒服，你可以编造一个需要离开的理由。”

告诉他人你在教你的孩子什么。

“我们正试图教她有关同意。如果她不想，我们不会强迫她拥抱或亲吻任何人。”

“我们正在教他们有关身体安全规则。我们已经告诉他们，如果有任何事情或任何人让他们感到不舒服，他们可以告诉我们。”

继续保持对话

孩子们从听到和看到的事物都会影响到他们的思维。但是，有时候这些消息可能是有害的。你要知道你的孩子花时间和谁在一起。明白如何在媒体上设置家长控制来阻止成人内容。注意谁可以通过视频游戏，应用程序和社交媒体与你的孩子沟通。让你的孩子学习在感到不安全时他们该做什么。积极主动是很重要的！一起和他们来谈论他们看到和听到的东西，无论是面对面和在网上。教他们你的家庭价值观和期望。

促进尊重和平等

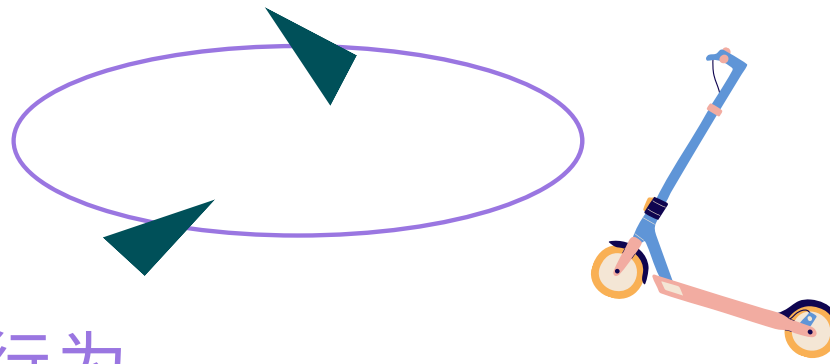
施虐者可以利用权力和控制另一个人来造成伤害。想想孩子们是如何学习权力的。谁是低等的，谁是傲慢的？这些想法可能导致到不尊重，霸凌或虐待。有些群体遭受虐待的比率比其他更高。这些人包括女孩，年轻人，LGBTQ +，某些有色人种社区，移民和残障人士。你可以教导你的孩子如何用尊重和平等的态度对待所有人。当他们说出一些令人担忧的话时，把它当作一个教育的机会。（例如，如果年龄较大的孩子认为他们“高于”其他人，如果他们缺乏同理心，或者他们认为“规则不适用于”他们）。你可以从小就教导你的家庭价值观。你可以向他们表示你希望他们如何对待他人。你可以向他们表示应该如何对待他们。

赋予权力给儿童

家长有权力为子女制定规则。让孩子们知道，有时他们可以说不，同时他们的声音也会被听到，这也是很重要的。这样有可能帮助来保护他们。你可以向你的孩子表明你尊重他们的意见，即使你执行规则。你也可以允许你的孩子有时不同意你的看法。他们可能需要练习说“不”并且为自己做出选择。孩子们都知道，大人是掌管一切的，孩子必须按照大人所说的去做。如果一个成年人虐待一个孩子，孩子可能会认为没关系，或者害怕告诉别人。对于孩子来说，如果他们有问题，能够说出来是很重要的。你可以允许你的孩子告诉你任何事情，甚至是秘密和可能令人不安的事情。



随着孩子的成长，想一想当他们有问题或疑虑的时候，你如何继续成为与他们交谈的人。讨论其他值得信赖的人，他们也可以向他们寻求帮助。



注意到令人担心的行为

继续与孩子交谈只是预防的一部分。关注那些来自成年人、青少年和儿童令人担心的行为并做出回应也是很重要的。了解你的孩子与谁在一起。避免让年龄较大的孩子在很少有人监督的情况下，长时间看顾年幼的孩子。虐待通常发生在孩子认识的人身上。它通常是秘密进行的。

儿童也有可能被其他儿童和成年人虐待。有可能是住在家里的人，甚至可以包括在学校和青年计划的工作人员。如果某人的行为让你感到不舒服，相信你的直觉。不要让你的孩子单独花时间和那个人在一起。成年的施虐者通常看起来都很好，这样他们就可以与孩子建立亲密，信任的关系。

有关令人担心的成年人行为的例子

- **特殊待遇：**给予孩子特殊关照、礼物或特权，或允许他们破例
- **以儿童为中心：**在玩耍时经常触摸他们；似乎比成年人更能与孩子建立联系；与孩子建立密切的关系，但没有包括父母或照顾者
- **不当的界限：**当孩子看起来不舒服或被要求停止，却没有停下来；谈论性方面的事情或个人关系
- **隐密：**要求孩子保守秘密；寻找与孩子独处的地方和情况

与有令人担心行为的人士交谈

“看起来他不再真正享受那场比赛了。”

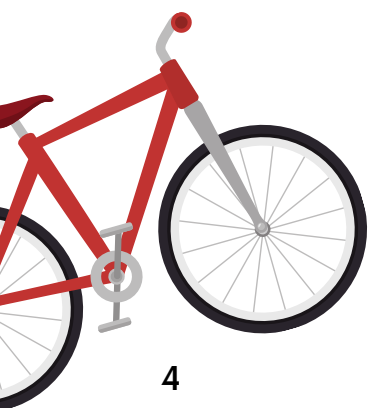
“当你和孩子们谈论有关_____时候，我感到不舒服”

“当你在玩的时候，请把门打开。我仍然需要看到他们。”

“当你谈论他们的身体同时称之为‘调情’时，这真的感到很困扰。”

跟进

防止性虐待的一种方法就是，当你看到有令人担心的行为和界限时，要大胆的说出来。这样会成为一个好的榜样给你的孩子来学习。大多数的人都会明白同时会停止令人担心的行为。另一方面，施虐者可能会为自己狡辩或说你太敏感了。他们可能会继续这种行为，或者变得更加隐秘。如果发生这种情况，请观察这位人士是否在孩子身边。告诉孩子的朋友或家人。请致电我们的中心（或你本地的性侵犯防治中心）来寻求建议。



对虐待所做出的回应

给儿童与家庭的资源

你现在就可以开始了。向你的孩子表明，只要他们有问题或疑虑，无论多么小，你都会在身边支持他们。当他们真的有问题来找你的时候时，首先告诉他们你很高兴他们告诉你。如果他们觉得你在过去聆听到他们的小问题，他们可能会更愿意把大问题告诉你。

虽然我们已尽了最大的努力来保护儿童，但性虐待事件仍然有可能会发生。你的回应和支持是非常重要的。儿童可以、而且会从性虐待中恢复过来。我们有方法来帮助你的孩子，同时也可以帮助你。

- 如果你怀疑你的孩子遭遇到性虐待，但你不确定，请密切监督他们。注意到他们的情绪变化。尝试着与他们保持开放的对话：“如果有什么事情困扰你，你可以随时告诉我。请致电我们的中心（或你本地的性侵犯防治中心）来寻求建议。
- 如果你的孩子告诉你他们受到性虐待，你会感到沮丧或难以置信是正常的表现。重要的是要保持冷静并支持他们。你可以告诉他们，你很高兴他们愿意告诉你。你可以为他们提供舒适和安全的环境。
- 当儿童报告他们受到虐待时，请勿在无人监督的情况下与施虐者接触。你可以致电我们的中心（或你本地的性侵犯防治中心）来寻求帮助。让孩子的医生，值得信赖的朋友或家庭成员来提供支持。你可以致电你本地的警察局或儿童保护服务部门来进行举报。你可以要求做身体检查，来确保孩子的身体没事并收集证据。
- 如果你担心你的孩子流露出一些性行为或不恰当地接触他人，你需要寻求专业帮助。与你的孩子谈谈身体安全规则，和什么样的触摸是可以的，什么是不可以的。教导和执行规则，就像你对任何其它有关安全和尊重的规则一样。请致电我们的中心206-744-1600（或联系或你本地的性侵犯防治中心）来获得建议。

要找出你居住本地的性侵犯防治中心：
全美性暴力资源中心
www.nsvrc.org/find-help



我们愿意为你提供帮助

(Harborview 虐待与创伤中心)
在西雅图, Bellevue, 和Shoreline都有办公室
服务范围包括: 危机支持、医疗检查、发声/倡导
和创伤辅导

www.uwhatc.org

206-744-1600

UW Medicine

HARBORVIEW
MEDICAL CENTER