

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ДИТИНА ДОВІРЯЄ ВАМ СВІЙ СЕКРЕТ

1. **Покажіть, як вам важливо почути розповідь дитини.** Пам'ятайте, що дитині в будь-якому віці важко розповісти про насильство, а більшість не знають, як говорити про сексуальне насильство.

Дорослий міф: чим старша дитина, тим простіше їй розповідати, що з нею відбувається. Це не так. А кривдник зазвичай неодноразово повторює, що все потрібно зберігати в таємниці, а якщо дитина розповість, станеться щось погане. Тому відповідальне, професійне та безпечне реагування – це на 100% прийняти слова дитини. Якщо у вас немає можливості поговорити відразу, домовтеся, де й коли ви вислухаєте дитину. Головне – запевнити, що вам важливо почути її розповідь.

2. **Переконайте дитину, що ви їй вірите,** навіть якщо розповідь сумбурна, нелогічна й, на перший погляд, не стосується сексуального насильства. Дайте дитині зрозуміти, що серйозно сприймаєте її слова.

Ми маємо пам'ятати: кривдники маніпулюють своїми жертвами і змушують думати, що ніхто їм не повірить. Їхня влада над дітьми може тривати роками, а життя дитини нагадуватиме так звану емоційну гойдалку: від розпачу до забуття, від страху до задоволення, від гніву на себе до симпатії до кривдника. Будьте тактовними й делікатними, не ставте безліч запитань, не розпитуйте заради цікавості.

Ще один дорослий міф: дитину треба обов'язково пожаліти, пригорнути та пообіцяти, що все буде добре. Насправді краще сказати: *“Я тобі вірю! Дякую за довіру до мене й за те, що розповідаєш мені правду. Ти дуже хоробра/-ий і все робиш правильно. Мені шкода, що з тобою це сталося”*.

3. **Не обіцяйте швидко розв'язати проблему.** У пересічних ситуаціях - наприклад, коли дитина жаліється, що її образили, - ми намагаємося заспокоїти її і впевнено говоримо: *“Зараз я розберуся й покараю кривдника”*. Коли ж ідеться про дитину, яка має особливий секрет, вона страждає від провини та сорому, а її розповідь – відчайдушна спроба попросити про допомогу. Тому не обіцяйте вирішити ситуацію швидко й покарати кривдника. Вам це не під силу.

Ще один міф – що достатньо виявити випадок насильства, і все припиниться. Краще підтримайте дитину: *“Це не твоя провина, що хтось робить те, від чого тобі погано. Та людина добре знає, що чинить зле. А тобі немає чого соромитися”*.

4. **Реагуйте спокійно, зберігайте емоційну рівновагу.** Дорослому складно уявити палітру відчуттів дитини. Розповідь про ситуацію, що сталася з дитиною, може нагадати дорослому про неприємні дотики чи інші емоції. Реагуйте спокійно, без надмірного трагізму, побачте перед собою дитину, яка вижила після всього, що з нею сталося, пережила страждання і знайшла в собі сили прийти до вас і розказати про це.

Це лише міф, що обов'язково треба проявляти емоції, аби повірили, що тобі не байдуже – краще скажіть: “Я думаю, це було дуже важко. Я тут, аби вислухати й підтримати тебе. Чи хочеш ти це щось розповісти? Можливо, тобі потрібно щось зараз?”.

Це дасть вам час перевести дух і взяти під контроль свої емоції. Пам'ятайте, що дитині треба, щоби поряд була доросла людина, якій вона довіряє та яка залишатиметься спокійною і зможе заспокоїти дитину.