

## **Как защитить детей от виртуального сексуального насилия**

21 век часто называют веком технологий и информатизации. В настоящее время, взрослые и несовершеннолетние активно вовлечены в интернет-пространство. Это делает детей и подростков уязвимыми не только от информационных технологий, но и в целом от виртуального общения с людьми, о которых им ничего не известно. И многие из них уже через 10-20 минут знакомства в сети готовы рассказать о себе буквально все, что может их сделать жертвой виртуального или реального сексуального насилия.

Виртуальное сексуальное насилие может приводить к формированию у детей асоциального поведения и нарушению психосексуального развития. Интернет-знакомства иногда заканчиваются встречей с преступниками в реальной жизни. Так, отмечались случаи, когда во время таких встреч, совершались преступные сексуальные действия.

К сожалению, несовершеннолетние, в силу возраста, не могут правильно проанализировать и оценить ситуацию, у них доверчивое и открытое отношение к миру, нет жизненного опыта. Они не осознают последствий интернет-знакомств и последствий общения с насильником в реальной жизни.

Детская психика очень ранима. Дети даже по рассказам других людей могут создавать у себя в воображении виртуальные травматические картинки, которые почти также сильно воздействуют на них, как и реальные события. Под воздействием избыточных и эмоционально тяжелых событий в жизни ребенка возникает посттравматическое стрессовое расстройство, приводящее к стойким нарушениям его здоровья и общего развития.

Сексуальные психотравмы, полученные в детском возрасте, ведут к неадекватным поведенческим реакциям и расстройствам, возникновению затруднений в установлении межличностных отношений с другими людьми, эмоциональной холодности, безучастности и неспособности сопереживать.

Сам ребенок не в состоянии справиться со своими чувствами и переживаниями, поэтому родителям важно быть внимательными к его поведению. У него может быть повышенная конфликтность, нежелание идти в школу, уход в себя, снижение интереса к общению, упрямство, потеря аппетита, нарушения сна, а также иногда чрезвычайный интерес к играм сексуального содержания и т. д.

Дети, в отличие от взрослых при подобных ситуациях не обращаются за помощью, а пытаются оставить информацию втайне, так как насильник часто использует тактику манипулирования, чтобы заставить ребенка пережить стыд или вину за то, что он увидел или обсуждал в сети Интернет.

Для того чтобы снизить риск таких ситуаций напоминайте детям о соблюдении правил в сети интернет:

не вести переписку в сети с незнакомыми людьми, особенно с теми, которые намного старше ребенка, за исключением родственников;

не сообщать малознакомым людям личную информацию о себе (имя, фамилию, телефон, адрес, номер школы) и пересылать свои фотографии;

не встречаться с интернет-«знакомыми» в реальной жизни, так как это может привести к трагедии (грабеж, донорство, насилие, рабство и др.);

не показывать в сети интернет и реальной жизни то, что находится под одеждой, для чужих людей эта зона должна быть недоступна;

не принимать угощения, подарки и не гулять с незнакомыми в малолюдных местах.

В случае, если было совершено насилие в отношении ребенка, ему необходима безотлагательная психологическая и психотерапевтическая помощь. На этот случай предлагается воспользоваться телефонами экстренной помощи:

**Общенациональная детская линия**

8-801-100-16-11

(круглосуточно, бесплатно, анонимно)

**Бесплатная горячая линия по вопросам безопасной миграции и противодействию торговле людьми со всех мобильных операторов**

8-801-201-55-55

**Короткий номер 113**

(бесплатная линия со стационарных телефонов)

Время работы: Пн-Пт с 08.00 до 20.00

**Заявить о факте сексуального насилия можно по номеру 102**

Вероника Коневега, психолог  
отдела общественного здоровья  
Брестского областного ЦГЭиОЗ