



萨福克郡儿童权益中心为遭受暴力和虐待的儿童和家庭提供支持。

我们提供相关培训，帮助人们判别和应对儿童虐待和剥削。了解更多信息，请访问我们的网站。



我该如何帮助我的孩子？

孩子能否从阴影里走出来，您的反应态度极其重要。

- 请保持冷静。如果孩子感觉到您心烦意乱，他们可能会认为是自己做错了什么，或者担心您的情绪。
- 耐心等到孩子可以跟您谈的时候再让孩子跟您谈。不要强迫孩子交待他们还不想说出来的细节。通常孩子都不会一次就把所有事情都说出来。
- 如果孩子在吃饭、睡觉、上学或做其他事情的时候想跟您谈谈，请一定抽出时间。
- 请尽量保持正常的日常生活。
- 请避免在孩子面前谈论可能会让孩子难受的事情。

请告诉孩子：

- 他们把遭遇说出来是正确的。
- 说出来是勇敢的表现。
- 您关心他们，您会帮助他们。
- 这个遭遇不是他们的错。

儿童能够从创伤中恢复过来，但您的处理至关重要。



CHILDREN'S ADVOCACY CENTER
of suffolk county

989 Commonwealth Avenue | Boston, MA 02215
www.suffolkcac.org

家长如何帮助儿童走出性侵伤害



CHILDREN'S ADVOCACY CENTER
of suffolk county

康复由此开始

该项目得到马萨诸塞州受害人援助办公室的支持。项目所需款项根据《1984年犯罪受害人法案》(VOCA)向犯罪受害人办公室、公正项目办公室和美国司法部申请而来。

儿童性侵包括哪些行为？

所有强迫或说服儿童参与性活动的行为均构成儿童性侵。成人与儿童之间的任何性行为、性行为双方虽均未成年、但一方年龄较大或发育较为成熟，均构成性侵，不可视作自愿。

性侵包括但不限于：

- 直接的身体接触
- 向儿童暴露自己的身体
- 强迫儿童之间进行性接触
- 强迫儿童观看色情制品
- 拍摄不雅照片或视频
- 胁迫儿童自拍照片或视频

为什么儿童遭受性侵通常不会及时说出来？

孩子们不肯说出来，因为他们：

- 担心自己或家人会遭遇可怕的事情
- 可能还没有意识到自己已经受害
- 知道事情不对劲，但不知道怎么跟家里人说
- 认为自己没有可以信任和倾诉的人
- 施虐者是他们认识或信任的人，所以感到纠结
- 被贿赂、威胁或被迫保密
- 被教导要永远服从大人
- 认为这是他们自己的错

性侵害对儿童存在哪些影响？

遭受性侵害的儿童可能会出现各种各样的情绪、行为或身体症状。儿童可能会出现：

- 焦虑或抑郁
- 噩梦或睡眠问题
- 不与人交往或“耳朵塞住了”
- 自责
- 感到羞愧
- 食欲衰退或暴增
- 容易被噪音或意外的触摸惊吓到
- 难以信任别人和/或感觉被别人背叛
- 情绪和行为发生突变或极端化
- 非疾病引起的频繁疼痛（如胃痛、头痛等）
- 对以前喜欢的活动兴趣降低
- 拒绝接触任何与施虐者有关的人事物
- 难以集中注意力
- 与性有关的话语和/或行为增多



您可以获得哪些资源？

接受专门的咨询辅导有助于儿童应对性侵创伤。大多数儿童治疗师也会与儿童的看护人密切联系并合作。此外，儿童的看护人自己也可以向咨询师或治疗师寻求帮助。

请您自己也照顾好身心健康

得知自己的孩子遭受性侵害，家长通常会感到非常痛苦、非常难过。在这个过程中，您可能会回想起自己以前痛苦的记忆和难受的感觉。您需要注意自己的身心健康，这样才能更好地帮助您的孩子/家庭。

- 找一些不说三道四、又能提供实质帮助的朋友
- 请保持您自己正常的日常生活
- 请保持健康饮食、坚持锻炼、注重睡眠质量
- 如果您难以坚持下去，请寻求专业人士的帮助

儿童权益中心的多学科团队会为您提供相关的转介信息。