Ребёнок рассказал о насилии: что сказать в первые минуты

«Спасибо, что рассказал. Я тебе верю. Ты не виноват. Я помогу тебе быть в безопасности». Эти слова важнее, чем немедленная попытка выяснить все подробности. Если ребёнок заговорил о насилии, ваша первая роль — услышать и защитить его, а не провести расследование дома.

Рассказ может быть неполным

Британская организация NSPCC объясняет: ребёнку бывает трудно назвать происходящее насилием, подобрать слова и решиться на разговор. Он может бояться последствий, не верить, что ему помогут, или уже иметь опыт, когда его не услышали.

Поэтому не ждите связного рассказа с точными датами. Ребёнок может начать с одного эпизода, говорить намёками, замолчать. Не надо торопить его фразами «Либо рассказывай всё, либо зачем начал». И отсутствие прямого признания не означает, что опасности точно нет: конкретные тревожные обстоятельства тоже требуют внимания.

Слушать — значит не перехватывать разговор

По возможности перейдите в спокойное место, где вас не прервут. Отложите телефон. Дайте ребёнку говорить в своём темпе. Если он сделал паузу, не обязательно сразу заполнять её новым вопросом.

Сдерживать реакцию не значит быть холодным. Можно сказать: «Мне очень жаль, что с тобой это произошло». Но крик, обещание немедленно расправиться с обидчиком или слова «Теперь наша жизнь разрушена» могут заставить ребёнка ещё и успокаивать взрослого.

Если вы растерялись, допустимо признать: «Мне нужно немного собраться. Я с тобой и слышу тебя». Не просите ребёнка отказаться от сказанного ради сохранения мира в семье.

Какие вопросы нужны сейчас

Выясните то, что необходимо для немедленной защиты: «Ты сейчас в безопасности?», «Этот человек может прийти сюда?», «Тебе больно?», «Нужна помощь врача?» Если ответ требует срочного действия, действуйте, не дожидаясь подробного рассказа.

Не подсказывайте содержание ответа: «Он ведь сделал именно это?» Не предлагайте ребёнку выбирать из ваших версий и не требуйте демонстрировать произошедшее. Повторные расспросы «для уверенности» лучше заменить обращением к специалистам, которым предстоит работать с ситуацией.

Если ребёнок хочет продолжить сам, слушайте. Уточнение «Что ты имеешь в виду под этим словом?» отличается от попытки вложить в его рассказ готовую версию.

Не обещайте абсолютную тайну

Обещание «Никому не скажу» трудно совместить с необходимостью защитить ребёнка. Лучше сказать: «Я не стану рассказывать всем. Но мне понадобится помощь людей, которые умеют защищать детей. Я объясню тебе, что буду делать».

NSPCC рекомендует заранее обозначать следующие шаги. Для маленького ребёнка достаточно короткого объяснения. Подростку важно понимать, кому вы сообщаете информацию и зачем. Учитывайте его мнение, но не оставляйте на нём ответственность за решение, нужна ли защита.

Что сделать после разговора

Не оставляйте ребёнка наедине с человеком, о котором он рассказал. При непосредственной опасности обращайтесь в экстренные службы. Если есть травма, боль или событие произошло недавно, без промедления обращайтесь за медицинской помощью. Не проводите самостоятельный осмотр и не фотографируйте интимные участки тела.

Как можно скорее запишите дату, обстоятельства разговора и слова ребёнка настолько точно, насколько помните. Отделите его слова от собственных предположений. Не просите повторять рассказ на камеру ради такой записи и не рассылайте её родственникам.

Не идите выяснять отношения с предполагаемым обидчиком. NSPCC отдельно предупреждает: такая конфронтация может ухудшить положение ребёнка. Обращение в полицию не нужно откладывать ради семейного совета или самостоятельной проверки.

Поддержка нужна и после первого дня

Ребёнок не обязан сразу выглядеть спокойным или благодарным. Он может переживать, что разрушил отношения с близкими, скучать по человеку, который причинял вред, или не хотеть обсуждать случившееся за завтраком. Это не причина отменять защитные действия.

Сохраняйте понятный распорядок, предлагайте простые варианты выбора и заранее предупреждайте о важных шагах. При необходимости подключайте специалиста, работающего с детской травмой. Собственную растерянность обсуждайте со взрослым помощником так, чтобы не раскрывать лишних подробностей и не делать ребёнка своей опорой.

На чём основан материал

Это самостоятельная редакционная статья по рекомендациям NSPCC, не дословный перевод. Примеры реплик составлены ДетХелпом. Британский порядок работы социальных служб и номера помощи не перенесены на РФ и РБ. Материал посвящён первой реакции взрослого и не заменяет медицинскую помощь или официальное обращение.

Если нужна помощь

Если ребёнок рассказал о насилии и вам трудно определить следующий шаг, напишите в ДетХелп. Коротко опишите ситуацию, без интимных изображений и лишних личных подробностей. При непосредственной опасности или необходимости срочной медицинской помощи не ждите ответа в боте.

Источник

NSPCC. What to do if a child reveals abuse.

Дата проверки источника: 23 октября 2026 года.