



KidzLive: 我能保护自己

新加坡儿童会出版

关于KidzLive

新加坡儿童会自2000年起展开《KidzLive:我能保护自己》课程,教导孩子自我保护知识,避免遭受性虐待。课程融入互动性元素,教导儿童爱惜身体、分辨好与坏的触摸,并在遭到他人不恰当的触摸时,告诉一位可信赖的成年人。

这本册子是该课程的辅助资料,专门为看护者而设计。本册提供关于儿童性虐待的讯息,并引导看护者教导幼童自我保护的技巧。您可以时不时跟孩子复习这些重点,加强他/她的自我保护能力。您也能从我们的网站下载本册:www.childrensociety.org.sg

您若有任何反馈或意见,请电邮至 info@childrensociety.org.sg
或拨电 **6273 2010** 与我们联系。

什么是儿童性虐待？

- 成人与儿童发生性行为。有时也可能发生在儿童之间。
- 不恰当的抚摸、触碰或亲吻儿童。
- 让儿童接触色情及猥亵物件或性行为。



请记住：

- 无论是男孩或女孩，都有可能遭受性虐待。
- 施虐者也无无论男女。
- 多数施虐者是孩子认识的人，例如：家庭成员或亲友。
- 多数的性虐待案件不涉及暴力。
- 对于性虐待事件，儿童撒谎的几率很小。
- 儿童可以学会如何自我保护。



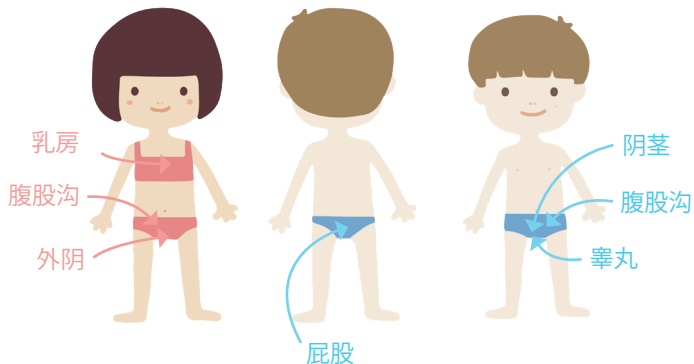
教导您的孩子辨认身体私密部位



哦..... 妈妈, 今天, 我学会了 **身体私密部位** 的名称!

家长请注意: 教导孩子身体私密部位的正确名称有助向孩子灌输尊重身体的观念。孩子也能够更好地举报性虐待事件。

我的身体属于我自己。我的身体私密部位是被内衣裤遮盖的部位。



我不能让别人看到或触摸我的身体私密部位。
我也不能看到或触摸别人的身体私密部位。
别人也不能把他们的私密部位放进我的嘴里。





帮助您的孩子分辨什么是好与坏的触摸



坏的触摸

当别人触碰我的私密部位时，就是坏的触摸。它会让我觉得困惑和害怕。

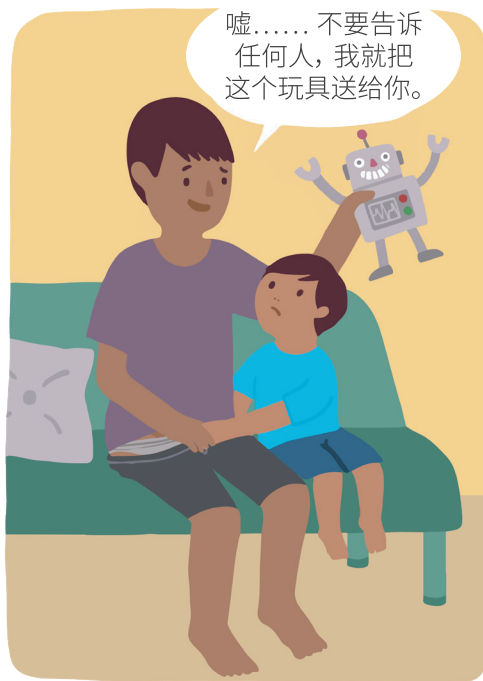
家长请注意：如果别人的触摸或亲吻让您的孩子感到不自在，即便这些触摸是在他身体的其他部位（如背部、大腿或男生的胸部），孩子应该要求对方停止这么做。他也可以把这件事告诉一位他可信赖的成人。



相反的，好的触摸让我感到开心，像是当我把玩具同他人分享时，老师拍拍我的背一样。



解释秘密可分好与坏



阿里夫，这是个**坏的秘密**，因为你感到难过和困惑。你应该告诉其他人！



家长请注意：与其教导秘密的好坏，一些家长教导孩子分辨惊喜和秘密。惊喜最终会让人知道，秘密则不能透露。这些家长也鼓励孩子说出别人要求他们保守的任何秘密。

问问孩子：阿里夫可以把坏秘密告诉谁？



确保孩子了解：即使自己的私密部位被别人触摸，那绝对不是孩子的错



不，小芬！别听他说！这不是你的错！快去告诉你信赖的人！

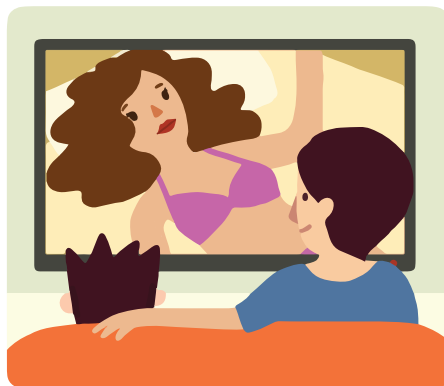


家长请注意：告诉您的孩子，如果有人触摸他的私密部位，那并不是他的错；孩子是被施虐者欺骗的。

问问孩子：小芬有做错什么吗？小芬接下来该怎么办？



教导您的孩子他不应该看别人的私密部位- 无论是通过手机、电视机、电脑屏幕或任何电子器材。



强尼， 我们不应该看别人的私密部位。马上走开并告诉可信赖的大人。

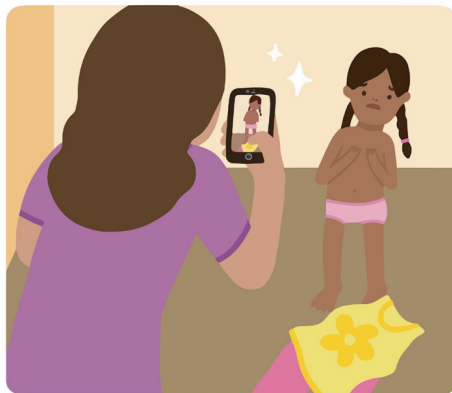


家长请注意：施虐者可能让孩子接触色情或猥亵物件，把不恰当的性行为当作是正常的。

问问孩子：你认为那位叔叔这么做是对还是错？强尼接下来应该怎么办？



让您的孩子知道他所相熟的人也可能会对他做出坏事



家长请注意： 施虐者往往是儿童认识的成年人。因此， 孩子们必须明白： 如果任何秘密让他们感到害怕或难过， 他们应该求助并告诉一位可信赖的大人。

问问孩子： 你认为那位阿姨这么做是对还是错？ 德薇可以跟谁说？



练习N.O.T守则：“说不 (Say No)、走开 (Walk Out)、告诉可信赖的大人 (Tell a Trusted Adult)”



说不(SAY NO)



走开(WALK OUT)



告诉可信赖的大人
(TELL A TRUSTED ADULT)

家长请注意：您的孩子未必完全明白谁是“可信赖的大人”。您可以协助孩子列出在他需要帮助时，可以求助的几个大人。



以下是性虐待的可能迹象与症状

身体外在迹象

- 生殖器或肛门部位疼痛、瘙痒、有分泌物、流血或发炎。
- 胸部、臀部和/或下腹有无法解释的伤痕。
- 底裤染有无法解释的血迹。

行为症状

- 孩子在美术作品、故事或游戏中展现出与他年龄不符的性知识。
- 孩子表现出退化行为,例如:突然再度尿床或大小便失禁、弄脏裤子。
- 孩子行为骤变,例如:平时彬彬有礼的孩子突然变得脾气暴躁,或是平时爱说话的孩子突然变得沉默寡言。
- 饮食与睡眠习惯改变。



儿童的性发展过程

了解孩子的典型性发展过程,将有助您教导适合孩子年龄发展阶段的性相关讯息,以及融入您的家庭价值观。

四至六岁儿童



- 意识到男女之间的性别差异。
- 对于裸体的羞耻心不强。
- 对自己和他人的身体感到好奇。
- 模仿恋爱行为,例如:拥抱或亲吻。
- 触摸自己的生殖器或自慰带给他们舒适感,他们有时也会当众这么做。





儿童的性发展过程

- 通过涉及观看和触摸的游戏，跟同龄朋友探索身体私密部位。
- 讨论身体私密部位并使用“调皮”的字眼或俚语。
- 对于怀孕和分娩的知识有限。



然而，一些性相关行为可能是**性虐待警示**，尤其当这些行为：

- 与孩子的发育阶段不符（例如：学前儿童模仿性交）
- 充满威迫或恶意，导致其他孩童感到恐惧与不安
- 持续发生并打乱孩子的日常活动
- 在看护者介入后并没有减少



跟您的孩子谈论性相关课题

与孩子共创一个正面、开放的沟通管道，将有助建立健康的亲子关系与讨论性课题的基础。这也能帮助孩子掌握自我保护能力，避免遭受性虐待。

我该从何开始？

- 教导身体私密部位的正确名称和个人安全界限。
- 对人体和身体功能提供简单、准确的说明。

如果有人想要摸你的身体私密部位，你会怎么做？



- 通过机会教育，例如：上厕所、洗澡或搭乘公共交通工具的时刻，灌输身体安全技巧。
- 孩子们常说，爸爸妈妈可以看见并触摸他们的身体私密部位。您可解释说，只有在理由充分时，例如：帮他们洗澡、保持身体清洁时，父母或看护者才可以这么做。
- 帮助您的孩子分辨好与坏的触摸，以及正确与不正确的行为。



跟您的孩子谈论性相关课题

让莎莉阿姨亲一下好吗？

不要！



家长请注意：身为家长或看护者，您的反应很重要。一些家长可能认为，性相关课题是禁忌话题，不应该跟孩子讨论。但这也意味着他们的孩子在遇到问题或有疑虑时，可能难以向父母启齿。

- 跟您的孩子强调，他们的身体属于自己，而他们有权利对不想要的触摸说“不”，这包括亲吻和拥抱。孩子也有权利对让他们感到不自在的触摸说“不”，即使这些触摸不是在他们的私密部位上（如：大腿上或男生的胸部）
- 家长常叮嘱孩子不要相信陌生人。但是，您有必要教导您的孩子，即使是自己认识的人，也可能表现出不恰当的性行为。
- 让您的孩子列出在他们需要帮助时，可以求助的几个可信赖的大人。鼓励他们不断地求助，直到获得帮助为止。
- 向您的孩子保证您和其他可信赖的大人将会支持并协助他们。
- 若您的孩子向您透露性虐待事件，请聆听并相信他们。
- 跟孩子练习**N.O.T**守则。

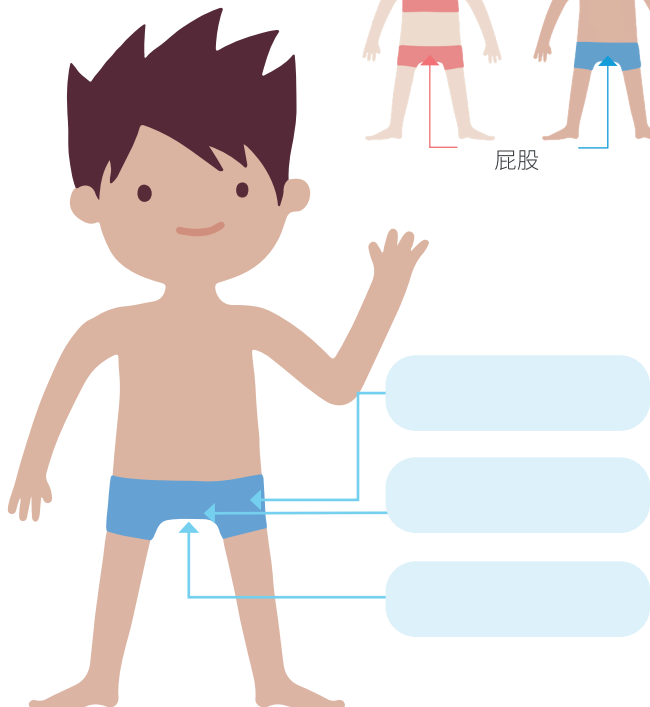
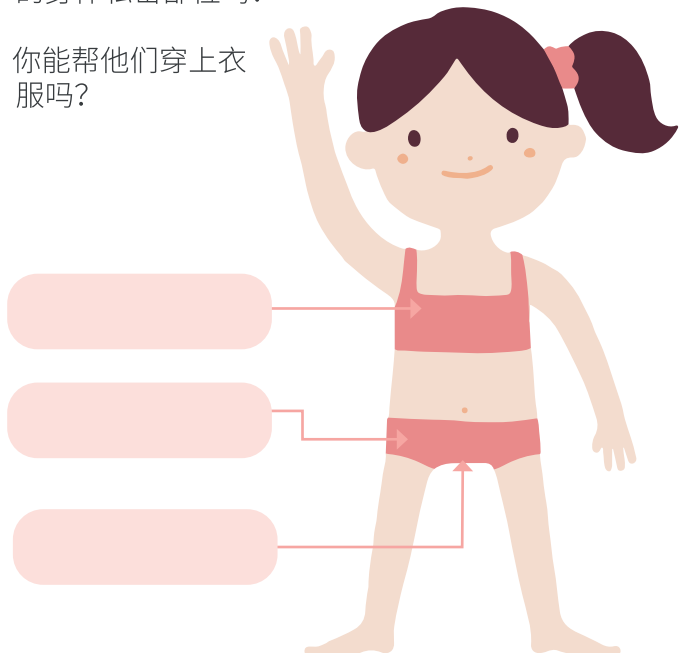
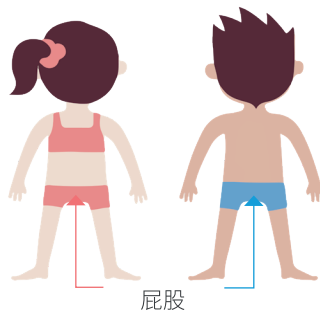
你把这件事告诉我，是正确的做法。





活动 #1: 一起来打扮吧!

- ▶ 你能列出男孩和女孩的身体私密部位吗?
- ▶ 你能帮他们穿上衣服吗?



家长请注意: 请向孩子指出, 男孩和女孩用内衣裤遮盖的身体部位叫做“私密部位”。若孩子不确定, 您可以帮他配对男孩和女孩身体私密部位的正确名称。**提醒您的孩子:** 他必须爱惜自己的身体, 不应该让任何人看见或触摸他的身体私密部位。



活动 #2: 我可以跟谁说?

可以信赖的大人
是一个会关心并
保护你的人。

- ▶ 把点连接起来。你看到什么?
- ▶ 谁是你可信赖的大人? 请用贴纸把他们的脸贴在花瓣上, 或在此画出他们的模样。



家长请注意: 请让您的孩子明白他可以有超过一位可信赖的大人。这些人可以是家庭成员, 或是家庭以外的人, 例如: 老师。若您的孩子无法向第一个最信赖的大人得到帮助, 鼓励他告诉下一个大人并继续这么做, 直到他得到帮助为止。



活动 #3: 你会怎么做?

即使孩子们知道什么行为是对或错，但在遇到突发情况时，他们可能会不知所措。请通过下列情境引导孩子练习N.O.T.守则，做好防备工作。

如果有人偷看你上厕所，你会怎么做？

如果你认识的一位叔叔跟你玩游戏时，叫你触摸他的身体私密部位，你会怎么做？

如果一个陌生人给你糖果，并让你看他的身体私密部位，你会怎么做？

如果你认识的一位阿姨触摸你的身体私密部位，然后说她这么做是因为喜欢你，你会怎么做？



教导您的孩子要坚决——不断地重复并坚持大声地说“不”。孩子逃离现场后，应该赶紧告诉一位可信赖的大人。

家长请注意：新闻报道的性虐待案件是您跟孩子讨论这个课题的适当切入点。这么做将有助孩子更加留意潜在不安全的情况。

以下是其他的相关资料，方便家长与其他看护者查看更多讯息。本册部分内容也参考了下列网络资料：

新加坡

- **新加坡儿童会 (Singapore Children's Society)**

April Learns to Protect Herself 动画影片

Jun and the Octopus 绘本故事书

- **保健促进局 (Health Promotion Board)**

Your Role in Sexuality Education; Keeping Your Child Safe from Sexual Abuse

其他国家

- **Alberta Health Services, Canada**

Talking to Your Child About Sexuality - Parent Package

<https://bit.ly/ahs-resource>

- **Better Health Channel, Australia**

Talking to children and young people about relationships, sex and sexuality

<https://bit.ly/bhc-resource>

- **National Society for the Prevention of Cruelty to Children, United Kingdom**

Protecting children from sexual abuse

<https://bit.ly/nspcc-resource>

若您怀疑有孩子遭受性虐待：

- 请致电**全国防爆及性骚扰热线 1800-777 0000** 或是
- 前往最靠近的**警署、邻里警岗或中心**或
- 拨电**999**报案。

您也可以拨打下列**社区专家中心**的电话寻求协助。

- **飞跃社区儿童保护中心**
(Heart @ Fei Yue)
6819 9170
- **蒙福关爱儿童保护中心**
(Big Love)
6445 0400
- **防止家庭暴力中心**
(PAVE)
6555 0390



关于新加坡儿童会

新加坡儿童会成立于1952年，我们致力于帮助本地的儿童、青少年与他们的家庭。我们是独立的非盈利组织，主要依赖公众支持我们的多项计划与公共教育项目，包括*KidzLive*课程。

制作单位
新加坡儿童会
倡导与研究部

9 Bishan Place, #05-02, Junction 8 Office Tower, Singapore 579837

电话: 6358 0911

info@childrensociety.org.sg

传真: 6358 0936

www.childrensociety.org.sg

初版(英)于2012年5月刊印
中文版本于2023年2月修订