

درک تأثیرات سوء استفاده جنسی از کودکان

• زمانی را صرف بررسی و درک اثرات جانب سوء استفاده جنسی از کودکان کنید، این به شما کمک می کند تا آنچه را که برای عزیز تان اتفاق می افتد، درک کنید.

همانطور که از عزیز تان حمایت می کنید، چیز هایی زیادی از او در مورد اینکه چقدر قوی است یاد خواهید گرفت - اینکه چگونه با فراز و نشیب های زندگی کنار آمده است.



در زیر نکاتی وجود دارد که ممکن است به شما به عنوان حامی کسی که در کودکی مورد آزار و اذیت جنسی قرار گرفته است، کمک کند.

درک نقش خود به عنوان حامی

- اغلب اوقات وقتی از کسی که دوستش دارید مراقبت می کنید، تبدیل شدن به یک 'کار چاق کن' آسان است.
- وظیفه شما صرفاً 'حضور داشتن' است.

مراقبت از خود

- روابط بر اساس اعتماد، احترام و مراقبت متقابل بنا می شوند. اینها همان ارزش هایی هستند که به بهبود و التیام پس از سوء استفاده جنسی از کودکان کمک می کند.
- از نیاز های خود تان آگاه شوید و مطمئن شوید که راه هایی برای برآورده کردن این نیاز ها پیدا می کنید.
- ممکن است از طرف دیگران تحت فشار باشید تا مسئولیت رفاه عزیز تان را بر عهده بگیرید. این مسئولیت شما نیست - می توانید در کنار او باشید اما مسئول او نیستید.