

Niet doen

Veranderingen in het gedrag en de emoties van uw kind direct toeschrijven aan seksueel misbruik.

In paniek raken als uw kind iets vertelt over seksueel misbruik.

Uw kind in de rede vallen als het aan het vertellen is.

Dring niet aan bij uw kind om te vertellen en bevrage uw kind niet actief nadat hij/zij iets verteld heeft (bv: "En deed hij/zij ook?" -> invullen dus).

Over dat wat uw kind verteld heeft praten met andere volwassenen als uw kind daarbij aanwezig is.

Anders met uw kind omgaan.

Uw kind blootstellen aan medisch of ander onderzoek zonder dat dit noodzakelijk is.

Met iedereen over het mogelijke misbruik praten.

Boos worden als uw kind niet(s) vertelt, er kan immers ook **niets** met uw kind zijn gebeurd.

Als zou blijken dat uw kind mogelijk iets is overkomen, maak uzelf geen verwijten dat u het niet gemerkt heeft.

Steeds lopen piekeren of uw kind soms betrokken is geweest.

Wel doen

De veranderingen in de gaten houden, opschrijven en indien ze u zorgen blijven baren, daarover praten met uw huisarts of een deskundige inzake seksueel misbruik.* Realiseert u zich dat kleine veranderingen ook gewoon te maken kunnen hebben met mooi weer (extra vermoeidheid), vakantie of veranderingen in uw thuissituatie.

Aandachtig luisteren en proberen na afloop precies op te schrijven wat uw kind u heeft verteld.

Als het verhaal van uw kind even stopt, uw belangstelling laten blijken door vriendelijk te knikken of "mm" te zeggen.

Wacht tot uw kind uit zichzelf gaat praten, luister goed en stel eventueel alleen vragen als: "Kun je me daar nog meer over vertellen?"

U zich realiseren dat 'kleine potjes grote oren hebben' (denk ook aan telefoon-gesprekken).

Blijven vasthouden aan uw normale routine.

Overleggen met uw huisarts of een deskundige inzake seksueel misbruik* indien u uw kind een medisch of ander onderzoek wilt laten ondergaan.

Met degene die u en het kind het meest na staan praten over uw zorgen en verdriet.

Als u toch het vermoeden heeft dat uw kind iets is overkomen, rustig afwachten tot het kind zover is. Kinderen vertellen meestal pas als ze er zelf aan toe zijn.

Hulp en begeleiding* zoeken voor uzelf en uw kind als u meent dat het niet goed gaat.

Uw zorgen delen met iemand in uw omgeving of een deskundige inzake seksueel misbruik.*

* voor deskundig advies, hulp en begeleiding kunt u contact opnemen met een van de volgende instanties:

- Frontoffice Zedenpolitie (via 0900-8844, vragen naar de Frontoffice Zeden)
- Veilig Thuis (via 0800-2000 of www.veiligthuis.nl)
- Slachtofferhulp Nederland (via 0900-0101 of www.slachtofferhulp.nl)
- Centrum Seksueel Geweld (via 0800-0188 of www.centrumseksueelgeweld.nl)
- Gemeentelijke gezondheidsdienst (via www.ggd.nl)