

未成年人安全教育读本

学会保护自己

远离儿童性侵犯 行动指南

龙 迪 著



全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

学会保护自己

远离儿童性侵犯行动指南

龙 迪 著

贵州师范学院内部使用

全国百佳图书出版单位

 化学工业出版社

· 北 京 ·

这是一本远离性侵犯的未成年人行动指南。作者以儿童权利和性别平等为框架，邀请孩子在阅读中认识儿童性侵犯现象，学习识别、防范与应对儿童性侵犯的方法，从而提升自我保护的权利意识。未成年人及其家长、老师都可以从本书中获得远离性侵犯伤害的专业指引。

图书在版编目（CIP）数据

学会保护自己：远离儿童性侵犯行动指南 / 龙迪著 .

—北京：化学工业出版社，2019.9

ISBN 978-7-122-34786-2

I. ①学… II. ①龙… III. ①性犯罪 - 未成年人保护法 - 中国 - 指南 IV. ① D924.344-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2019）第 133631 号

责任编辑：张 曼 龚风光
责任校对：杜杏然

装帧设计：梁 潇

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码 100011）

印 装：北京新华印刷有限公司

880mm×1230mm 1/32 印张 5½ 字数 200 千字 2020年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888

售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：49.80元

版权所有 违者必究





你的身体不容侵犯

在有些大人的眼里，现在的你只是一个小孩，可以完全被大人支配。他们认为，你就应该听大人的话！大人叫你做什么，你就要做什么。如果你不听大人的话，你就不是好孩子。你同意这个说法吗？

如果你说“不一定，那要看大人叫小孩做的事情是什么”，那么，你绝对不是什么“不听话的坏孩子”。相反，你是个有主见、有礼貌的好孩子。请为自己感到自豪吧！

你的这种有主见的想法很对！如果大人叫你做的事是对的、好的，是对你自己或别人的身心健康有益的，你可以去做。比如，早睡早起、吃健康食物、学习知识、增加本领、分担家务、友善交流……相反，如果大人叫你做的事是错的、坏的，也就是对你自己或别人身



心健康有害的，你就坚决不能做，而且还要尽快告诉值得你信赖的大人，让他们帮助你摆脱危险和困境。比如，抽烟、喝酒、打架、骂人、偷东西、欺负别人……

不过，有时候，大人叫你做的事情究竟是好是坏，并不是那么明显，而是让你觉得怪怪的，有好的感受，也有不好的感受，反正说不清楚。比如，他/她可能会找机会单独和你在一起，然后想要触摸或观看你的身体，或者想要让你触摸或观看别人的身体，包括他/她自己的身体，还可能告诉你说：这是你们两个人之间的秘密，不能告诉别人，甚至不能告诉你的爸爸妈妈。他/她为了达到这个目的，甚至显得对你很好，比如夸奖你、给你一些好处（礼物、金钱、分数等），让你感到自己很特别、受优待。他/她可能会说，很“爱”你。可是这种“爱”却让你感到不舒服、不自在，甚至很有罪恶感。这个时候，你可要提高警惕：这个人想要对你做的事情，很可能就是性侵犯^①！

^① 也称作“性侵害”或“性侵”。本书使用“性侵犯”一词，目的是强调，性侵犯为本质上是对儿童权利的侵犯，不一定有看得见的身体伤痕。



全世界四十多年的研究表明，如果缺乏成年人的有效保护，每个儿童都有可能受到性侵犯，无论是哪个国家、哪个种族、哪个年龄、哪个性别、哪个性取向。本质上，性侵犯是一种侵犯儿童权利、危害儿童身心健康的暴力行为，甚至是违法犯罪行为。性侵犯会给儿童造成不同程度的心理伤害，有时会造成身体伤害，因此，每个成年人都有责任保护儿童避免受到性侵犯的伤害。每个儿童都有权利保护自己不受性侵犯的伤害，包括有权利及时向成年人寻求帮助。

联合国《儿童权利公约》规定，儿童享有四大基本权利，包括生存权、受保护权、发展权和参与权^①，不分年龄、性别、种族和国籍。任何人都不能侵犯儿童的基本权利！如果有人想要对你做出性侵犯行为，那

① 生存权——每个儿童都有其固有的生命权和健康权，包括有权接受可达到的最高标准的医疗保健服务；受保护权——不受危害自身发展影响的、被保护的权利，包括保护儿童免受歧视、剥削、酷刑、虐待或疏忽照料，以及对失去家庭的儿童和难民儿童的基本保证；发展权——充分发展其全部体能和智能的权利，儿童有权接受正规和非正规的教育，以及儿童有权享有促进其身体、心理、精神、道德和社会发展的生活条件；参与权——参与家庭、文化和社会生活的权利，儿童有参与社会生活的权利，有权对影响他们的一切事项发表自己的意见（表达权）。

么这个人不仅会侵犯你的身体权、隐私权，还会侵犯你的生存权（生命权和健康权）。如果你已经年满14岁，达到国家法律规定的性自主年龄，那么，性侵犯者的行为就是违背你的意愿，侵犯你正当的性自主行为权利。所以，即使是你的爸爸妈妈和老师，也绝不能性侵犯你！全世界所有儿童都应该得到成年人的保护！

那么，谁是“儿童”呢？联合国《儿童权利公约》规定，“儿童”是指18岁以下的任何人——不仅包括小婴儿和上幼儿园的小孩，还包括小学生、中学生以及没上学的孩子，就是中国法律规定的“未成年人”。

如果你的年龄不到18岁，且你的阅读能力达到小学三年级以上，你就是本书最合适的读者。如果你读不懂书中的部分内容，可以向你身边值得信赖的成年人请教，让他们给你讲解。如果你感到书中有些内容比较浅显，也可以略去不读。你以后需要时，再重新查阅。

保护儿童避免遭受性侵犯的伤害，是每一个成年人的责任！不过，儿童主动行使自己的权利，也是一股不可小觑的力量。在我们这个尚不完美的世界里，这

股力量尤其重要。当你身处危险时，你有权利直接采取行动保护自己的人身安全。当你需要帮助时，你有权利向值得你信赖的成年人寻求帮助。当成年人对你疏于照顾和保护时，你有权利提醒和请求他们承担起照顾和保护你的责任。

儿童有受（成人）保护的权力，儿童也需要具备自我保护的意识。这就是本书的两个目的：第一，鼓励、肯定、支持你提升自我保护的意识和能力，以便更好地发挥自我保护的作用（包括主动寻求成年人帮助），从而（部分地）实现你受保护的权力，减少遭受性侵犯的风险；第二，帮助你学会明辨是非，不要做有可能对别人造成伤害的事情，包括不要对别人做出性侵犯的行为。

这本指南以“儿童的身体不容侵犯”作为贯穿全书的主题。内容包括：第一章（认识儿童性侵犯）、第二章（识别与防范）、第三章（应对与保护）。希望你通过阅读本书能够明白：你应该有权利，你可以有能力，你需要有保护，你不能欺负人！

第一章 认识儿童性侵犯

003/ 开篇故事

006/ 什么是儿童性侵犯

014/ 自我评估：我是否受到过性侵犯

017/ 更多了解 谁有可能受到性侵犯

性侵犯可能会发生在何时何地

为什么会发生儿童性侵犯

侵犯者可能是什么样的人

侵犯者会用哪些威逼利诱的迷惑手段 / 诡计

为什么性侵犯是侵犯儿童权利的暴力行为

性侵犯可能会给儿童造成哪些伤害

031/ 纠正迷思与偏见

038/ 检察官对你说：严惩重罚侵犯者

在法律上，性侵犯是什么

性侵犯儿童，谁来管

性侵犯儿童者会如何受罚

用法律惩处侵犯者



第二章 识别与防范

045/ 开篇故事

049/ 懂得权利与界限 身体权

隐私权

隐私部位

身体界限

身体关注与身体接触



063/ 识别行为警报

068/ 行为警报小测验

070/ 远离危险情境

072/ 防范可疑之人

073/ 做出制止行动 拒绝

离开

求助

085/ 帮助遇险同伴

089/ 不做性侵犯者

091/ 练习情境判断 不给熟人性侵犯的机会

不给陌生人性侵犯的机会

不给任何人利用互联网实施性侵犯的机会

107/ 检察官对你说：成年人有保护儿童的法定义务



第三章 应对与保护

113/ 开篇故事

117/ 为什么要告诉成年人

118/ 告诉谁

122/ 怎么说



123/ 开始新生活 你可能遇到困难

需要身边人帮你

让专业人员帮你

你也要帮自己

132/ 纠正迷思与偏见

139/ 检察官对你说：报警须知

报警越早越好

注意保存证据

配合调查取证

警察会问什么



143/ 后记 致孩子身边的成年人

147/ 附录 人际支持，抚平孩子心里的伤口

155/ 参考文献

156/ 致谢





第一章

认识儿童性侵犯

师范学院内部使用





开篇故事

2017年新学期的第一天，林中小学的学生们都特别兴奋，因为校长在开学典礼上告诉他们一个好消息：从这个学期开始，学校将与校外的培训机构合作，开设许多培训班。每个孩子都可以根据自己的兴趣爱好来选择不同的培训班。培训班的老师都是从知名的培训机构邀请来的，每个老师都“大有来头”。听到这一消息，家长们都纷纷叫好。这个培训班不仅在学校开设，而且还全免费，这样既放心又省钱的培训班自然受到了家长们的欢迎，几乎所有的学生都自愿报名参加了不同的培训班。

三年级二班的恩恩，从小就对围棋很感兴趣。她和好朋友小可相约一起去上围棋课。听