



Children's  
SOCIETY

Caring for the Future



KidzLive: 我能保护自己

新加坡儿童会出版

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](http://www.childrensociety.org.sg)。

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

## 什么是儿童性虐待？

- 与儿童发生性行为。
- 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：

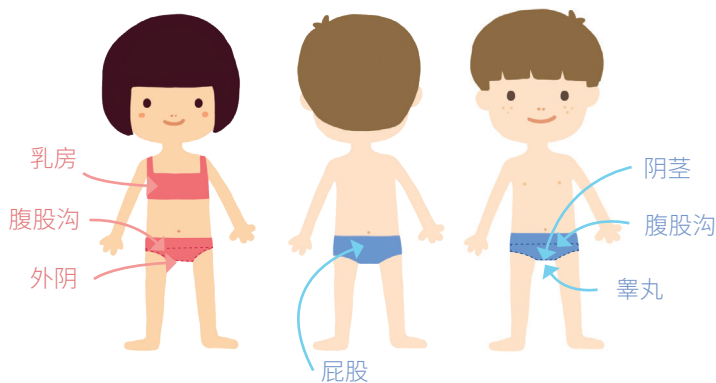
- 无论是男孩或女孩，都有可能遭受性虐待。
- 施虐者也无无论男女。
- 多数施虐者是孩子认识的人，例如：家庭成员或亲友。
- 多数的性虐待案件不涉及暴力。
- 对于性虐待事件，儿童撒谎的几率很小。
- 儿童可以学会如何自我保护。



## 教导您的孩子辨认身体私密部位



**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。



身体私密部位是内衣裤遮盖我身体的部位。我不会毫无理由让身体私密部位外露, 或让别人触摸这些部位。

我必须好好照顾自己的身体。我也不能看或触摸别人的私密部位。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:** 帮助您的孩子了解他的身体属于他自己。如果有人触摸或亲吻他, 令他觉得不自在, 他可以要求对方停止这么做。发生这种情况时, 孩子也应该告诉一位他可信赖的成年人。



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，这是个坏秘密！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，即使他做了错事，别人也不能以惩罚为理由，触摸他的私密部位。

**问问孩子：**小芬有做错什么吗？小芬接下来该怎么办？



## 教导您的孩子不应该看别人的私密部位——无论是在手机、电视机或电脑屏幕上



强尼, 这是不对的! 马上走开并告诉你可信赖的大人!

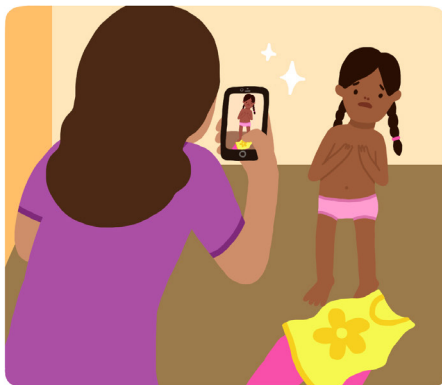


**家长请注意:** 施虐者可能让孩子接触色情或猥亵物件, 把不恰当的性行为当作是正常的。

**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



糟糕！德薇，这是不对的。  
快去告诉爸爸妈妈。



**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
- 非常顽固并打乱孩子的日常活动
- 无法因为看护者的介入而减少



## 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

- 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。



- 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。

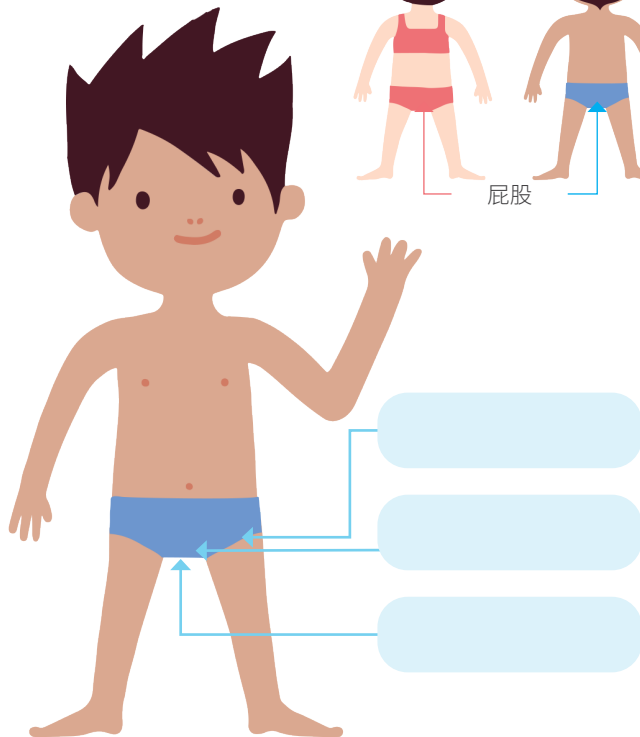
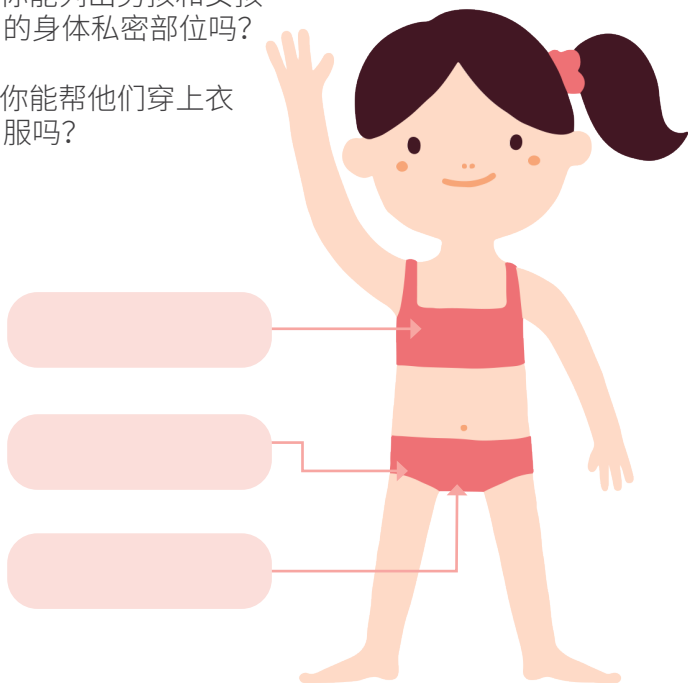
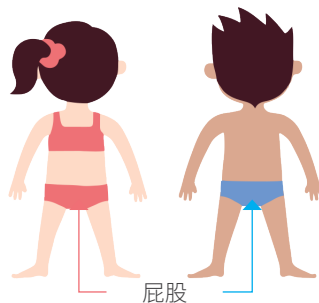


**家长请注意：**身为家长或看护者，您的反应很重要。一些家长可能认为，性相关课题是禁忌话题，不应该跟孩子讨论。但这也意味着他们的孩子在遇到问题或有疑虑时，可能难以向父母启齿。



## 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?

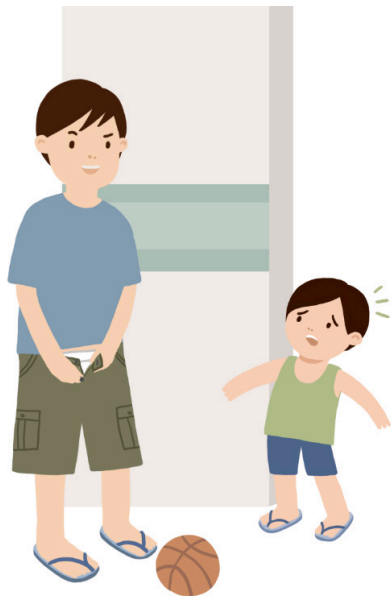
即使孩子们知道什么行为是对或错，但在遇到突发情况时，他们可能会不知所措。请通过下列情境引导孩子练习**N.O.T.**守则，做好防备工作。

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。

若您怀疑有孩子遭受性虐待, 请致电  
**儿童保护服务处援助热线** (社会及家庭发展部)  
**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**儿童保护中心** (Child Protection Specialist Centre) 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**

**防止家庭暴力中心儿童保护中心 (Safe Space)**  
**6266 0171**



今天就下载我们的  
**KidzLive**手机  
应用程序吧!



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*
- **Better Health Channel, Australia**  
*Talking to Pre-Schoolers about Sex*
- **National Society for the Prevention of Cruelty to Children, United Kingdom**  
*Sexual Abuse*
- **The National Child Traumatic Stress Network, United States**  
*Caring for Kids – What Parents Need to Know about Sexual Abuse*



Children's  
SOCIETY

Caring for the Future

## 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](mailto:info@childrensociety.org.sg)

**传真:** 6358 0936

[www.childrensociety.org.sg](http://www.childrensociety.org.sg)

初版(英)于2012年5月刊印

中文版本于2020年12月刊印