

## Învață-ți copilul regula lui „Aici nu se pune mâna”

În medie, un copil din cinci devine victimă a violenței sexuale, inclusiv victimă a abuzului sexual. Poți contribui și tu ca acest lucru să nu i se întâmple copilului tău. Învață-ți copilul regula lui „Aici nu se pune mâna”.

### Regula „Aici nu se pune mâna”



Regula „Aici nu se pune mâna” este un îndrumar cu ajutorul căruia părinții pot explica copiilor unde nu trebuie să accepte să fie atinși de către alte persoane, cum să reacționeze și unde să caute ajutor.

Ce este regula „Aici nu se pune mâna”? E simplu: un copil nu trebuie să fie atins de alte persoane pe acele părți ale corpului acoperite de lenjeria intimă, și nici ei să nu îi atingă pe alții în aceste părți ale corpului.

Regula încearcă să le explice copiilor că propriul lor corp le aparține, că există secrete bune și rele, precum și atingeri bune și rele.

<b>Cum se poate învăța regula „Aici nu se pune mâna”</b> .....	<b>2</b>
<b>De ce e nevoie de regula „Aici nu se pune mâna”</b> .....	<b>5</b>
<b>Ce trebuie făcut dacă suspectați că a avut loc un abuz</b> .....	<b>6</b>
<b>Unde pot fi găsite materiale și informații</b> .....	<b>7</b>

## Cum se poate învăța regula „Aici nu se pune mâna”?

Regula „Aici nu se pune mâna” a fost dezvoltată pentru a ajuta părinții și educatorii să vorbească cu copiii lor despre acest subiect. Ea poate fi un instrument deosebit de util în prevenirea abuzului sexual.

Regula „Aici nu se pune mâna” are cinci aspecte importante.

### 1. Corpul tău îți aparține

Copiii trebuie să învețe că propriul lor corp le aparține, și nimeni nu are voie să-i atingă fără voia lor. O comunicare deschisă și directă despre sexualitate și zonele intime ale propriului corp, la o vârstă fragedă, folosind denumirile corecte pentru organele genitale și alte părți ale corpului va ajuta copilul să înțeleagă ceea ce nu este permis. Copiii au dreptul să refuze un sărut sau o atingere, chiar și din partea unei persoane pe care o iubesc. Copiii trebuie să învețe să spună „Nu” imediat și hotărât la orice contact fizic nepotrivit, să se ferească de situații periculoase și să se adreseze unui adult în care au încredere. Este important să li se spună că trebuie să insiste până când cineva va lua incidentul în serios.

În carte, Mâna îi cere de fiecare dată permisiunea lui Kiko înainte de a o atinge. Kiko îi dă voie, dar în momentul în care Mâna dorește s-o atingă pe chiloței, Kiko spune „Nu!”. Părinții sau educatorii se pot folosi de această secvență pentru a explica copiilor că ei sunt liberi să spună „Nu” în orice clipă.

### 2. Atingere bună – atingere rea

Copiii nu știu întotdeauna să facă distincția între atingeri potrivite și atingeri nepotrivite. Explicați copiilor că nu este bine dacă cineva se uită la părțile intime ale corpului lor sau le atinge, sau dacă cineva îi invită să se uite la părțile intime ale altcuiva sau să le atingă. Regula „Aici nu se pune mâna” îi ajută să recunoască o limită evidentă și ușor de reținut: lenjeria intimă. Regula îi ajută în același timp pe adulți să inițieze o discuție pe acest subiect cu copiii. Asigurați-vă că, atunci când nu știu dacă un anumit comportament este acceptabil, copiii știu să ceară ajutorul unui adult în care au încredere.

În carte, Kiko refuză să se lase atinsă în locurile acoperite de lenjeria intimă. Părinții pot explica copiilor că în anumite situații, anumiți adulți (educatori, părinți sau medici) s-ar putea să trebuiască să-i atingă pe copii, dar aceștia trebuie încurajați să spună „Nu” dacă se simt incomodați.



### 3. Secrete bune – secrete rele

Secretul este tactica principală a agresorilor sexuali. De aceea trebuie neapărat explicată diferența între secrete bune și secrete rele și trebuie creat un climat de încredere. Orice secret care le provoacă spaimă, îi face să se simtă prost, îi face să le fie teamă sau să fie triști nu este un secret bun și nu trebuie păstrat, ci trebuie spus unui adult în care copilul are încredere (părinte, educator, ofițer de poliție, medic).

În carte, Mâna o încurajează pe Kiko să spună imediat dacă cineva dorește s-o atingă într-un fel nepotrivit. Această secvență poate fi utilizată pentru a sensibiliza copilul în legătură cu secretele bune (de exemplu o petrecere-surpriză) și cele rele (situații care provoacă tristețe sau anxietate copilului). Părinții trebuie să-și încurajeze copiii să le dezvăluie secretele rele.

### 4. Prevenirea și protecția – responsabilitatea adultului

Dacă devin victime ale unui abuz, copiii au sentimente de rușine, vinovăție și teamă. Adulții ar trebui să evite crearea unor tabuuri pe teme sexuale și să se asigure că, dacă este îngrijorat, speriat sau trist, copilul știe cui să se adreseze. Copiii pot simți că se întâmplă ceva greșit. Adulții ar trebui să fie atenți și receptivi la sentimentele și comportamentul acestora. Pot exista multe motive pentru care un copil refuză să intre în contact cu alți adulți sau copii. Această reacție trebuie respectată. Copiii trebuie să simtă mereu că pot vorbi cu părinții lor despre aceste lucruri.

Mâna din carte este prietenă cu Kiko. Adulții trebuie să ofere sprijin și ajutor în viața de zi cu zi a copiilor lor. Prevenirea violenței sexuale este în primul rând datorită adulților, iar copiii nu trebuie să poarte singuri această răspundere.





## 5. Alte indicații utile în utilizarea regulii „Aici nu se pune mâna”

### Raportarea și dezvăluirea faptelor

Copiii trebuie să știe să-i identifice pe acei adulți care le pot asigura protecția. Ei trebuie încurajați să-i aleagă pe acei adulți în care pot avea încredere, care sunt disponibili și gata să-i asculte și ajute. Numai una dintre persoanele de încredere ar trebui să fie din rândul celor care locuiesc împreună cu copilul, celelalte ar trebui să nu aparțină cercului de rude apropiate. Copiii trebuie să știe cum să ceară ajutorul în cadrul unei asemenea rețele de încredere.

### Agresori cunoscuți

În majoritatea cazurilor, copilul îl cunoaște pe agresor. Pentru copiii mai mici este deosebit de greu de înțeles că cineva din cercul de cunoscuți ar putea abuza de ei. Țineți seama de strategiile de manipulare ale agresorilor pentru a câștiga încrederea copiilor. Regula de aur în casă: copiii trebuie să le comunice părinților dacă cineva le face cadouri, îi roagă să țină ceva secret sau încearcă să rămână singur cu ei.

### Agresori necunoscuți

În unele cazuri, agresorul este necunoscut. Învățați-i pe copiii dvs. să respecte câteva reguli simple în contactul cu necunoscuții: nu te urci niciodată în mașina unui necunoscut, nu accepti cadouri sau invitații din partea acestora.

### Ajutor

Copiii trebuie să știe că există persoane care, prin meseria lor, sunt de încredere și pot ajuta (educatori, asistenți sociali, medici, psihologul școlar sau poliția) și că există numere de telefon speciale la care copiii pot suna pentru a cere sfaturi.

### De ce e nevoie de regula „Aici nu se pune mâna”?

În medie, un copil din cinci devine victimă a unei forme de abuz sau violență sexuală. Acest lucru se poate întâmpla copiilor de orice sex, vârstă, culoare a pielii, aparținând oricărei clase sociale sau religii. Deseori, agresorul este o persoană cunoscută copilului, în care acesta are încredere. Agresorul poate fi la rândul său minor.

### Poți contribui și tu ca acest lucru să nu i se întâmple copilului tău.

Esențială din acest punct de vedere este o bună comunicare cu copilul. Aceasta implică deschidere, hotărâre, o abordare directă într-o atmosferă prietenoasă, care să nu-l intimideze.

### Regula lui „Aici nu se pune mâna” vă poate ajuta în acest sens.

Un copil nu este niciodată prea mic pentru a învăța regula lui „Aici nu se pune mâna”. Abuzul poate avea loc la orice vârstă.

Dacă vă este neplăcut să discutați acest subiect cu copilul, gândiți-vă că, probabil, dumneavoastră, ca adult, vă este mai greu să vorbiți despre aceste lucruri decât unui copil.





### **Ce trebuie făcut dacă bănuieți că a avut loc un abuz?**

Dacă bănuieți că a fost victima unui abuz, este deosebit de important să nu vă certați copilul. Nu-l faceți să se simtă de parcă ar fi făcut ceva greșit.

Nu-l supuneți unui interogatoriu. Îl puteți întreba ce s-a întâmplat, când și cu cine s-a întâmplat, dar nu cereți justificări sau explicații.

Încercați să rămâneți liniștiți în prezența copilului. Copiii se pot simți vinovați și astfel tentați să nu spună tot.

Încercați să nu trageți concluzii bazate pe informații puține sau neclare. Dați-i copilului asigurarea că veți acționa și contactați o persoană care v-ar putea ajuta, de exemplu un psiholog, un specialist în asistența minorilor, un medic, asistent social sau poliția.

În unele țări, au fost înființate centrale telefonice și centre speciale care oferă asistență copiilor victime ale abuzului sau violenței sexuale. Acestea vă pot oferi consultanță și se recomandă contactarea lor atunci când un copil a fost probabil victima unei violențe sexuale.

### Unde pot fi găsite materiale și informații?

Consiliul Europei a elaborat o serie de materiale care îi ajută pe părinți să explice copiilor regula „Aici nu se pune mâna”. Acestea includ:

- un spot publicitar TV (un desen animat);
- o carte pe care părinții o pot citi copiilor între 3 și 7 ani;
- afișe și cărți poștale.

Tot materialul publicitar poate fi descărcat la adresa:

[www.aicinusepunemana.org](http://www.aicinusepunemana.org)

Regula „Aici nu se pune mâna” face parte din campania Consiliului Europei „Unul din cinci” de combatere a violenței sexuale împotriva copiilor. Puteți afla mai multe amănunte despre alte măsuri de prevenire și protecție promovate de Consiliul Europei, accesând [www.coe.int/oneinfive](http://www.coe.int/oneinfive).

