

Mësojani fëmijës Rregullën e Rrobave të Brendshme.

Rreth një në pesë fëmijë është viktimë e dhunës seksuale, përfshirë abuzimin seksual. Ju mund të parandaloni që kjo t'i ndodhë fëmijës suaj. Mësojani fëmijës Rregullën e Rrobave të Brendshme.

Rregulla e Rrobave të Brendshme

Rregulla e Rrobave të Brendshme është një udhëzues i thjeshtë që ndihmon prindërit t'ua shpjegojnë fëmijëve se ku të tjerëve nuk iu lejohet që t'i prekin, se si të reagojnë dhe ku të kërkojnë ndihmë. Ç'është Rregulla e Rrobave të Brendshme? Është e thjeshtë: të tjerëve nuk iu lejohet të prekin fëmijën në pjesë të trupit që zakonisht mbulohen me rrobat e brendshme. Poashtu, fëmijët nuk duhet të prekin askënd në ato pjesë. Kjo rregull u tregon fëmijëve që trupi i tyre iu takon vetëm atyre, dhe që ka sekrete dhe prekje të mira dhe jo të mira.



Si t'ua mësojmë fëmijëve Rregullën e Rrobave të Brendshme?

Rregulla e Rrobave të Brendshme është krijuar për të ndihmuar prindërit, kujdestarët dhe të afërmit për të filluar një bisedë me fëmijët e tyre. Kjo rregull mund të jetë një mjet shumë efektiv për të parandaluar abuzimin seksual. Rregulla e Rrobave të Brendshme përbëhet nga 5 elemente të rëndësishme.

1. Trupi jot të takon vetëm ty!

Fëmijët duhet ta dinë që trupi i tyre u përket vetëm atyre dhe se askush nuk ka të drejtë t'i prekë pa iu kërkuar leje. Ata do ta kuptojnë më lehtë se çfarë është e ndaluar nëse komunikojmë hapur dhe në mënyrë të drejtpërdrejtë që nga mosha e vogël mbi tema si seksualiteti dhe „pjesët intime të trupit“, duke përdorur emrat e saktë për organet gjenitale dhe pjesët e tjera të trupit.

Fëmijët kanë të drejtë të refuzojnë prekje apo puthje, qoftë edhe nga personat që ata i duan. Ata duhet të mësojnë të thonë „jo“ menjëherë dhe qartë në rast të kontaktit fizik të papërshtatshëm për të shmangur situata të pasigurta, dhe duhet t'ia tregojnë këtë ndonjë personi të rritur të cilit i besojnë. Është me rëndësi t'iu theksohet se nuk duhet të ndalen derisa personi ta marrë seriozisht atë që po ia thonë.



Tek përralla, dora gjithmonë i merr leje Kikos para se ta prekë. Kiko i jep leje. Kur dora dëshiron ta prekë përfund rrobave të brendshme, Kiko i thotë „Jo!“. Prindërit, kujdestarët dhe të afërmit duhet të përdorin këtë frazë për t'ua shpjeguar fëmijëve që mund të thonë „jo“ në çdo moment.

2. Prekja e mirë- prekja e keqe

Fëmijët jo gjithmonë dinë të bëjnë dallimin mes një prekjeje të pranueshme dhe një prekjeje të papëlqyeshme. Tregojuni fëmijëve që nuk është në rregull nëse dikush i sheh apo i prek në pjesët intime, apo u kërkon që të shohin apo prekin pjesët intime të dikujt tjetër. Rregulla e Rrobave të Brendshme ndihmon fëmijët që të njohin dhe të mbojnë mend kufirin që kujtohet lehtë: rrobat e brendshme. Ky rregull poashtu ndihmon të rriturit që të fillojnë bisedat me fëmijët. Nëse fëmijët nuk janë të sigurt nëse sjellja e një personi është e pranueshme apo jo, mësojini ata se si të kërkojnë ndihmë nga një i rritur të cilit i besojnë.



Tek përralla, Kiko nuk lejon ta prekin përfund rrobave të brendshme. Prindërit mund t'ua shpjegojnë fëmijëve që disa të rritur (p.sh. kujdestarë, të afërm, prindër apo mjekë) mund të kenë nevojë që t'i prekin, por fëmijët duhet të inkurajohen të thonë „jo“ nëse ndonjë situatë i vë në siklet.

3. Sekrete të mira- sekrete të këqija

Taktika kryesore e personave që bëjnë abuzime seksuale është fshehtësia. Prandaj është e rëndësishme që fëmijëve t'iu mësohet dallimi mes sekretëve të mira dhe atyre të këqija dhe të krijohet një mjedis besimi. Çdo sekret që i bën fëmijët të ndjehen në siklet, të shqetësuar, të frikësuar apo të trishtuar nuk është sekret i mirë dhe nuk duhet të mbahet, ai duhet të ndahet me një të rritur të cilit ata i besojnë (prind, mësues, punonjës policie, mjek).



Tek përralla, dora inkurajon Kikon të thotë qartë dhe me zë të lartë nëse dikush përpiqet ta prekë në mënyrë të papëlqyeshme. Ky shpjegim mund të ndihmojë për të hapur bisedë mbi dallimin mes një sekreti të mirë (si për shembull përgatitja e një feste ditëlindjeje për ta befasuara personin që feston) dhe një sekreti të keq (diçka që e bën të ndjehet keq apo e shqetëson fëmijën). Prindërit duhet t'ua inkurajojnë fëmijët të ndajnë me ta sekretet e këqija.

4. Parandalimi dhe mbrojtja janë përgjegjësi e të rriturve

Kur fëmijët janë viktimë të abuzimit, ata ndjehen turp, faj dhe frikë. Të rriturit nuk duhet ta bëjnë seksualitetin temë tabu dhe duhet të sigurohen që fëmijët ta dinë kujt t'i drejtohen nëse ndihen të shqetësuar, të trembur apo të trishtuar. Fëmijët mund të ndiejnë se diçka nuk shkon siç duhet. Të rriturit duhet të jenë të vëmendshëm dhe të ndjeshëm ndaj ndjenjave dhe sjelljes së fëmijës. Mund të ketë shumë arsye se pse një fëmijë refuzon kontaktin me një të rritur tjetër apo me ndonjë fëmijë tjetër – kjo duhet respektuar. Fëmijët duhet gjithmonë ta ndiejnë që mund të flasin me prindërit e tyre për këto tema.



Tek përralla, dora është shoqja e Kikos. Të rriturit janë aty për t'ua ndihmuar fëmijëve në jetën e tyre të përditshme. Parandalimi i dhunës seksuale është, para së gjithash, përgjegjësi e të rriturve dhe është shumë e rëndësishme që kjo barrë mos i vihet kurrë fëmijës.

5. Këshilla të tjera të dobishme që shkojnë bashkë me Rregullën e Rrobave të Brendshme

Raportimi dhe zbulimi

Fëmijët duhet të mësohen se cilët të rritur mund të jenë pjesë e „rrjetit të tyre të sigurt“. Duhet t'i inkurajoni që të zgjedhin të rritur të cilëve mund t'u besojnë, të cilët u rrinë në dispozicion dhe janë të gatshëm t'i dëgjojnë dhe t'u ofrojnë ndihmë. Vetëm një person nga ky rrjet i sigurt duhet të jetojë me fëmijët, kurse të tjerët duhet të jenë jashtë rrethit të ngushtë familjar. Fëmijët duhet ta dinë se si të kërkojnë ndihmë nga pjesëtarët e këtij rrjeti të besueshëm.

Abuzues të njohur

Shpeshherë abuzuesi është dikush që fëmija e njeh. Sidomos për fëmijët e vegjël është e vështirë ta kuptojnë se dikush që e njohin mund t'i keqpërdorë. Duhet ta keni parasysh se personat që abuzojnë me fëmijët shpesh përdorin „të fituarit e besimit“ për t'u afruar. Prandaj, në shtëpi duhet të vendoset një rregull që thotë që prindërit duhet ta dinë kur dikush i dhuron diçka fëmijës, kur i kërkon të mbajë sekrete apo do që të rrijë vetëm me fëmijën.

Abuzues të panjohur

Fëmijët duhet ta dinë se ka profesionistë që mund t'u ndihmojnë shumë (mësues, punonjës socialë, avokati i popullit, mjekë, psikologu i shkollës, policia) dhe se ka linja telefonike për ndihmë ku fëmijët mund të telefonojnë për të marrë këshilla.

Ndihma

Fëmijët duhet ta dinë se ka profesionistë që mund t'u ndihmojnë shumë (mësues, punonjës socialë, avokati i popullit, mjekë, psikologu i shkollës, policia) dhe se ka linja telefonike për ndihmë ku fëmijët mund të telefonojnë për të marrë këshilla.

Pse është e rëndësishme Rregulla e Rrobave të Brendshme?

Sipas statistikave, një në pesë fëmijë është viktimë e ndonjë forme të abuzimit dhe dhunës seksuale. Kjo ndodh tek fëmijët e të gjitha gjinive, moshave, ngjyrës së lëkurës, statusit shoqëror dhe besimit fetar. Abuzuesi shpesh është dikush që fëmija e njeh dhe të cilit i beson. Abuzuesi mund të jetë edhe një fëmijë tjetër.

Mund ta parandaloni që kjo t'i ndodhë fëmijës suaj.

Është shumë e rëndësishme që të komunikoni mirë me fëmijët. Kjo nënkupton të jeni të hapur, të vendosur, t'u qaseni temave drejtpërdrejtë dhe në një atmosferë miqësore që fëmijën nuk e frikëson.

Rregulla e Rrobave të Brendshme mund t'ju ndihmojë që ta bëni këtë.

Fëmija nuk është kurrë i vogël që të mësojë Rregullën e Rrobave të Brendshme, ngaqë abuzimi mund të ndodhë në çdo moshë. Nëse ndiheni në siklet të flisni për këtë temë me fëmijën, duhet ta keni parasysh që më të vështirë e keni ju si të rritur se sa fëmija.

Çfarë duhet të bëni nëse dyshoni për abuzim?

Nëse dyshoni që fëmija juaj është abuzuar, është shumë e rëndësishme të mos zemëroheni me të. Mos e bëni fëmijën të ndjehet sikur ka bërë diçka gabim. Mos e merrni në pyetje duke e ngarkuar. Mund ta pyesni se çfarë ka ndodhur, kur dhe me kë por mos e pyesni për arsyen se pse ka ndodhur. Përpiquni të mos shfaqni shqetësim apo tronditje para fëmijës. Fëmijet mund të ndjehen fajtorë lehtë dhe mund të fshehin informata. Mos nxirrni përfundime të nxituara duke u bazuar në pak ose në informacione të paqarta. Sigurojeni fëmijën që do të ndërmerri hapa për ta ndihmuar dhe kontaktoni dikë që mund të ofrojë ndihmë, si p.sh. ndonjë psikolog, edukatore, mjek, punonjës social apo policinë. Në disa vende ka linja telefonika dhe qendra të posaçme për ndihmë ndaj fëmijëve që janë viktimë të dhunës seksuale. Edhe ato mund të japin këshilla dhe duhet të kontaktohen sa herë që dyshohet se një fëmijë mund të jetë viktimë e abuzimit seksual.

Ku mund të gjeni materiale dhe informacione?

Këshilli i Evropës ka përpiluar materiale për të ndihmuar prindërit t'u mësojnë fëmijëve Rregullën e Rrobave të Brendshme. Te këto materiale bëjnë pjesë edhe:

- Spot televiziv (film i animuar)
- Libër që prindërit mund t'u lexojnë fëmijëve të moshës 3-7 vjeç
- Posterë dhe kartolina

Të gjitha këto materiale mund të shkarkohen në www.underwearrule.net Rregulla e Rrobave të Brendshme është pjesë e fushatës së Këshillit të Evropës „Një në pesë“ për parandalimin e dhunës seksuale ndaj fëmijëve. Për të mësuar më shumë rreth masave të tjera për parandalim dhe mbrojtje që promovojmë vizitoni www.coe.int/oneinfive

