

Μακριά τα χέρια σου από μένα!



Συμβουλές για παιδιά



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Nürnberg

wildwassernürnberg

Fachberatungsstelle für Mädchen*
und Frauen* gegen sexuellen
Missbrauch und sexualisierte Gewalt



Nürnberg

REFERAT FÜR JUGEND, FAMILIE UND SOZIALES



Γειά σου!

Ίσως τελευταία να άκουσες κάπου για την σεξουαλική κακοποίηση, να είδες κάτι σχετικό στην τηλεόραση, στο ίντερνέτ, ή να διάβασες στην εφημερίδα για το θέμα αυτό.

Ίσως επίσης κάποια φίλη ή ένας φίλος να σου είπε κάτι γι αυτό.

Μιλάμε για σεξουαλική κακοποίηση, όταν π.χ. κορίτσια ή αγόρια χωρίς την συγκατάθεσή τους τα κοιτάζαν, τους μίλησαν, τα άγγιξαν η και τα φίλησαν με τρόπο που αυτά ενοχλήθηκαν. Μερικές φορές αυτοί οι άνθρωποι θέλουν να τους φοβούνται τα παιδιά, για να τα εκβιάζουν ή να τα απειλούν. Πολύ συχνά αυτοί οι άνθρωποι είναι γνωστοί σου και μπορεί ακόμη και να τους αγαπάς.

Συλλέξαμε αυτές τις πληροφορίες, για να ενημερωθείς όσον αφορά την σεξουαλική κακοποίηση, και να ξέρεις που να απευθυνθείς αν κάποτε κάποιος επιχειρήσει να σου κάνει κάτι τέτοιο.

Πολλά κορίτσια αλλά και αγόρια έρχονται στα κέντρα μας και μας λένε, ότι ενήλικες ή ακόμη και νεαροί, συμπεριφέρθηκαν πολύ ηλίθια. Μας είπαν π.χ. ότι

- τους έδειξαν φωτογραφίες με γυμνά ή πορνογραφία
- άγγιξαν κάποιον ανάρμοστα
- τους τράβηξαν ηλίθιες φωτογραφίες με σεξουαλικό περιεχόμενο
- ενόσω συνομιλούσαν μέσω του Chat ήθελαν να τους περιγράψουν το τρίχωμα μασχάλης ή να τους δείξουν άλλα μέρη του σώματος με την βοήθεια της Webcam
- τους επέβαλαν να διαβάσουν σημειώσεις για το σεξ στο Chat
- τους φίλησαν ή αυτά έπρεπε να τους φιλήσουν
- τους άγγιξαν απρεπώς (στα οπίσθια, στο στήθος, στο σεξουαλικό όργανο των αγοριών ή των κοριτσιών, επίσης κάτω από το μπλουζάκι τους)

Οι ενήλικες, ακόμη και τα πιο μεγάλα παιδιά, που κάνουν τέτοια πράγματα, θα μπορούσαν κάλλιστα να είναι άνθρωποι που δεν τους ξέρεις. Θα μπορούσε όμως να είναι άνθρωποι που τους ξέρεις και μάλιστα πολύ καλά, π.χ. κάποιος από την οικογένειά σου, ο δάσκαλος ή φίλοι των γονιών σου.

Αυτό που σας λέμε τώρα δυστυχώς έχει συμβεί σε πολλά άλλα παιδιά.



Κανείς δεν έχει το δικαίωμα να σε φοβίζει!

Δεν φταις εσύ!

Εμπιστεύσου το συναίσθημά σου!

Επιτρέπεται να αμυνθείς!

ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΡΕΙΣ

- **Το σώμα σου, ανήκει μόνο σε σένα.** Εσύ αποφασίζεις ποιός επιτρέπεται να σε αγγίζει και ποιος όχι. Κανένας δεν έχει το δικαίωμα, να σε ακουμπήσει χωρίς τη θέλησή σου – ούτε ακόμη η ίδια σου η οικογένειά, συγγενείς, δάσκαλοι ή γνωστοί. Πρέπει οπωσδήποτε να αμυνθείς!
- Υπάρχουν όμορφα και άσχημα συναισθήματα. Εάν κάτι σε φοβίζει, αν αισθάνεσαι περίεργα, αν κάτι από μέσα σου δημιουργεί άσχημο συναίσθημα, **για όλα αυτά υπάρχει λόγος.**
- Υπάρχουν καλά και κακά μυστικά. Ένα καλό μυστικό είναι π.χ. τι δώρο θα πάρει η μαμά σου στα γενέθλιά της. Αν όμως ένα μυστικό σε ανησυχεί, σε στενοχωρεί ή σου δημιουργεί φόβο, είναι αναγκαίο αυτό το μυστικό να το πεις σε κάποιον ενήλικα. Αυτό δεν σε κάνει μαρτυριάρη! Αυτό ισχύει επίσης και για κάποιον που σε απειλεί! Με το να σου λέει π.χ. „αν το πεις σε κάποιον, θα...“. **Κανένας δεν έχει το δικαίωμα να σε φοβίσει** με λόγια, χτυπήματα ή

μυστικοπάθειες. Οι ενήλικες ακόμη και τα πιο μεγάλα παιδιά, που θέλουν να φοβίσουν κοριτσάκια και αγοράκια είναι πολύ κακοί!

- Αν σου χαρίσει κάποιος κάτι, **δεν πρέπει να κάνεις κάτι** γι αυτό, επειδή δεν πληρώνομε για τα δώρα. Αν ενήλικες σου ζητήσουν για το δώρο τους, π.χ. να τους φιλήσεις, δεν πρέπει να το κάνεις. Αν δεν θέλεις το δώρο μπορείς να το αρνηθείς.
- Αν κάποιος σε αγγίζει περίεργα, σου λέει άσχημα παράξενα πράγματα, θέλει να σε φωτογραφίσει ή να σου δείξει άσεμνες φωτογραφίες, **να αρνηθείς αμέσως.**
- **Να αντισταθείς σε παράξενα τηλεφωνήματα.** Αν κάποιος στο τηλέφωνο σου αφηγείται πολύ άσχημα πράγματα ή θέλει να σε φοβίσει, κλείσε το τηλέφωνο! Αν κάποιος ενώ συνομιλείς στο Chat θέλει να μάθει κάτι για το σώμα σου, ή απαιτεί δυσάρεστα πράγματα, δείξε το στους γονείς σου ή σε κάποιον άλλον ενήλικα.

ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΡΕΙΣ

● Επίσης αν προσπαθήσει κάποιος να σε πείσει, ότι και εσένα σου αρέσει, ότι είναι κάτι τελείως συνηθισμένο ή ότι απλώς έτσι σου φαίνεται, έχει εμπιστοσύνη στον εαυτό σου και **στο δικό σου συναίσθημα!** Επειδή τέτοιοι άνθρωποι θέλουν μόνο να σε περδέψουν.

● Υπάρχουν πολλοί τρόποι να αντισταθείς. Μπορείς π.χ. να σιριξίσεις, να χτυπήσεις, να κλωστήσεις, να δαγκώσεις, να φύγεις, να τρέξεις, να φωνάξεις βοήθεια, να δικαιολογηθείς, να πεις ψέματα και πολλά ακόμη. **Όλα όσα σου έρχονται στο μυαλό επιτρέπονται**, αν αισθάνεσαι ότι κινδυνεύεις. Πρέπει οπωσδήποτε να αμυνθείς – είτε με λόγια, με αντικείμενα ή με το σώμα σου και να **φέρεις κάποιον για βοήθεια**.

● Μπορεί ακόμη να λες όχι ή να αμύνεσαι αλλιώς, εκείνος όμως να μην αντιδρά. Ίσως να φοβάσαι τόσο, που να μην έχεις το θάρρος να κάνεις κάτι. Σε τέτοιες περιπτώσεις είναι απαραίτητο να **φέρεις κάποιον για βοήθεια**.

● Συχνά προσπαθούν ενήλικες να έρθουν σε επαφή με παιδιά μέσω του ιντερνέτ, με σκοπό αργότερα πραγματικά να τα συναντήσουν και να τα κακοποιήσουν σεξουαλικά, ή να τους ποζάρουν μπροστά

στην Webcam. Γι αυτό μη δώσεις ποτέ και σε κανέναν **την διεύθυνση του σπιτιού σου, το τηλέφωνό σου, φωτογραφία σου ή πόζες μέσω της Webcam**. Μη συνομιλείς στο Chat όταν τα θέματα που συζητούνται εκεί, σου φαίνονται παράξενα, ανόητα, σου δημιουργούν δυσαρέσκεια ή φόβο. Πες το σε κάποιον όταν σερφάρεις και σου δημιουργείται παράξενο συναίσθημα.

● **Δεν φταις** αν σου έκανε κάποιος κάτι τέτοιο ή παρόμοιο. Κι αν ακόμη πήρες λεφτά ή δώρα κι αν έκανες κάτι που δεν έπρεπε. Δεν φταις σε τίποτε κι αν ακόμη παρόλο το φόβο σου αισθάνθηκες ωραία. Γι αυτό ευθύνεται **πάντα** ο ενήλικας. Όλοι οι ενήλικες ξέρουν πολύ καλά ότι δεν πρέπει τα παιδιά να κακοποιούνται σεξουαλικά. Αν συνέβηκε, πες το σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι. Αυτός θα μπορούσε να είναι από την οικογένειά σου, δάσκαλος ή δασκάλα σου, οικογενειακός φίλος ή κάποιος από το κέντρο μας.

● Πάρε θάρρος και ζήτη βοήθεια. Μπορεί όμως οι ενήλικες να μην αντιδρούν ή να μη σε πιστεύουν. Μην αποθαρρύνεσαι. Πες το σε κάποιον άλλο ενήλικα. Να ξέρεις πως, αν κάποιος σε κακοποίησε σεξουαλικά, συνεχίζει να το κάνει ή προσπάθησε να το κάνει, **δεν φταις εσύ!**



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Nürnberg

Rothenburger Str. 11 · 90443 Nürnberg
Tel.: 0911-929190 00
kinderschutzbund-nuernberg@odn.de

wildwasser nürnberg

Fachberatungsstelle für Mädchen*
und Frauen* gegen sexuelle
Missbrauch und sexualisierte Gewalt

Rückertstraße 1 · 90419 Nürnberg
Tel.: 0911-331330
info@wildwasser-nuernberg.de