

РУКИ ПРОЧЬ ОТ МЕНЯ!



Советы для детей



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Nürnberg

wildwassernürnberg

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



Nürnberg

REFERAT FÜR JUGEND, FAMILIE UND SOZIALES



Привет!

Вероятно, тебе уже приходилось слышать о сексуальном насилии, к примеру, об этом могут говорить в телевизионных передачах или ты можешь прочитать об этом в интернете или в газете. Возможно твой друг или твоя подруга уже рассказывали тебе об этом.

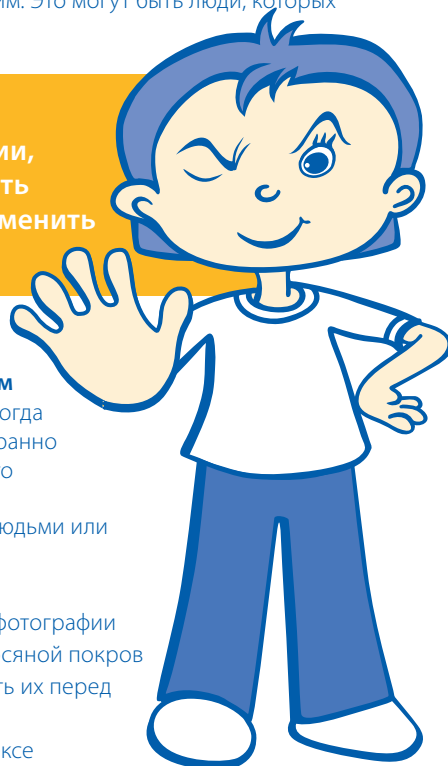
Мы говорим о насилии, если девочек или мальчиков вопреки их воли и желанию пристально разглядывают, трогают или целуют. Иногда эти люди пытаются запугать детей, шантажировать их или угрожать им. Это могут быть люди, которых ты хорошо знаешь и любишь.

Эти СОВЕТЫ мы составили для тебя, чтобы ты всё узнала / узнал о насилии, а также о том, где ты можешь получить помощь, если кто-то попытается применить насилие по отношению к тебе.

Девочки и мальчики, которые приходят к нам на консультации рассказывают нам о случаях, когда взрослые, а также подростки вели себя очень странно и неприлично. Они рассказали нам, например, что

- им показывали фотографии с обнажёнными людьми или порнографию
- они должны были кого-нибудь трогать
- с ними были сделаны дурацкие сексуальные фотографии
- они должны были описывать в чате свой волосяной покров под мышкой или другие части тела, показывать их перед веб-камерой
- их вынуждали в чате читать информацию о сексе
- они должны были терпеть поцелуи или должны были целовать кого-то
- их трогали за интимные места, гладили под одеждой

Взрослые или дети более старшего возраста, которые проделывают такие вещи, могут быть людьми, которых ты не знаешь. Однако, это могут быть и люди, которых ты знаешь очень хорошо, например, кого-то из твоей семьи, учителя или друга твоих родителей. Такие случаи с детьми происходят, к сожалению, достаточно часто.



Никто не имеет права тебя запугивать!

Ты ни в чём не виноват!

Доверяй своему чувству!

Ты имеешь право защищаться!

ЭТО ТЫ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

- **Твое тело принадлежит только тебе.** Только ты определяешь, кто может дотрагиваться до тебя, а кто нет. Ни у кого нет права трогать тебя вопреки твоей воле - включая также твою семью, родственников, учителей или знакомых. **Ты имеешь право не позволять этого никому!**
- Есть приятные чувства и неприятные чувства. Если ты чего-то боишься, испытываешь неприятные чувства или в твоём животе странно урчит, то это происходит не просто так - **для этого наверняка есть причины.**
- Есть хорошие тайны и плохие тайны. Хорошей тайной может являться, к примеру, то, что ты хочешь подарить своей маме на день рождения. Если же тебя какая-либо тайна беспокоит, расстраивает или ты даже по-настоящему боишься - **расскажи эту тайну взрослому.** И это ни в коем случае не ябеда! Это также касается того, если тебе кто-то угрожает, к примеру, если тебе кто-то сказал: „Если ты кому-нибудь расскажешь это, то тогда ...“ **Ни у кого нет права запугивать тебя** словами, битьём или пошлостями. Взрослые или также дети

более старшего возраста, которые пугают девочек и мальчиков, просто пошлы и нелепы!

- Если тебе кто-то что-нибудь подарил, то **ты не обязана / не обязан за этот подарок что-то делать**, поскольку за подарки не нужно платить. Если взрослые требуют от тебя что-то за свой подарок, например, что бы ты их поцеловал - ты не обязана / не обязан это делать. Если ты не хочешь, чтобы тебе что-то дарили, ты можешь отказаться от этого.
- Если тебя кто-то странно трогает, рассказывает тебе неприятные вещи, хочет тебя сфотографировать или показать тебе неприличные фотографии - **ты имеешь право сказать НЕТ.**
- **Ты не должна / не должен отвечать на странные звонки по телефону.** Если кто-то рассказывает тебе по телефону неприятные для тебя вещи или запугивает тебя: вешай сразу трубку!
- Если кто-то хочет больше узнать о твоём теле в **чате**, просит тебя сделать неприятные вещи - покажи это твоим родителям или другим взрослым.

ЭТО ТЫ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

● Даже если тебе пытаются внушить, что ЭТО тебе нравится, что ЭТО совершенно нормально или что ты только себе ЭТО вообразила / вообразил:

доверяй только себе и своим чувствам! Поскольку такие люди пытаются запутать тебя и сбить с толку.

● Существует множество способов себя защитить. Ты можешь кричать, бить, пинать, кусать, уйти, убежать, позвать на помощь, использовать отговорки, лгать и многое другое. **Всё**, что тебе придёт в голову, **разрешено**, если ты чувствуешь себя в опасности. Ты можешь защищаться - безразлично, будь то словами, при помощи предметов, своим телом или призвать к помощи.

● Может такое случиться, что ты говоришь НЕТ или защищаешься, однако, Другой не реагирует на это. Вероятно, что ты испытываешь такой сильный страх, что ни на что не можешь решиться. В таких случаях очень важно, **чтобы тебе помогли**.

● Иногда через интернет взрослые пытаются устанавливать контакт с детьми, чтобы с ними позже встретиться, сексуально их домогаться или позировать перед веб-камерой. **Поэтому не давай в сети никому твой адрес, номер телефона, фотографию или снятые веб-камерой личные видео**. Никогда не оставайся до поздней

ночи в Интернет-Кафе, где ты чатишься, если там говорят о темах, которые неприятны тебе и ты чувствуешь себя странно, неловко или ты боишься. Обязательно расскажи кому-нибудь, если, когда ты чатилась / чатился, у тебя было неприятное чувство..

● **Ты не виноват / не виновата** в том, если кто-то сделал с тобой что-то в этом роде. Даже если ты приняла / принял деньги, подарки или нарушила / нарушил правила. Ты ничего не сделала / не сделал плохого, даже если наряду с неприятными чувствами и страхом, ты испытывала / испытывал также приятные чувства. Ответственность **всегда** несёт взрослый! Взрослые знают, что они не имеют права сексуально домогаться детей. Расскажи об этом взрослому, которому ты доверяешь. Это может быть, например, кто-то из твоей семьи, учитель, знакомые семьи или специалисты из консультации.

● Наберись мужества и попроси помощи. Но может такое случиться, что взрослые не отреагируют на тебя серьёзно или не поверят тебе. Не отчаивайся и расскажи об этом другому взрослому. Тебе важно знать, что если кто-то домогался тебя сексуально и пытается дальше это делать - ты ни в коем случае в этом не виновата / не виноват!



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 sexuellen
Missbrauch und sexualisierte Gewalt

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