

Supažindinkite savo vaiką su Apatinių rūbelių taisykle.

Maždaug vienas iš penkių vaikų tampa seksualinės prievartos, taip pat ir seksualinio priekabiavimo, auka.

Jūs galite užkirsti tam kelią.

Supažindinkite savo vaiką su Apatinių rūbelių taisykle.

Apatinių rūbelių taisyklė



Apatinių rūbelių taisyklė yra paprastas tėvams skirtas vadovas, kuriame rasite patarimus, kaip paaiškinti savo vaikams, kur kiti žmonės negali jų liesti, kaip reaguoti, taip įvykus, ir kur kreiptis pagalbos.

Kas yra Apatinių rūbelių taisyklė? Ji labai paprasta: vaikas negali būti liečiamas kitų žmonių tose vietose, kurias dengia jo/jos apatiniai rūbeliai. Vaikai taip pat neturėtų tose vietose liesti kitų.

Šis vadovas aiškina vaikams, kad jų kūnas priklauso tik jiems, kad yra geros ir blogos paslaptys, tinkami ir netinkami prisilietimai.

Kaip supažindinti su Apatinių rūbelių taisykle	2
Kodėl Apatinių rūbelių taisyklė	5
Ką daryti, įtariant priekabiavimą.....	6
Kur rasti medžiagos ir informacijos	7

Socialinę kampaniją vykdo:



Paramos vaikams centras
Children Support Centre



vienas iš penkių

COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE

Socialinei kampanijai pritaria:



Kaip supažindinti su Apatinių rūbelių taisykle?

Apatinių rūbelių taisyklė sukurta tėvams ir globėjams, siekiant padėti jiems kalbantis su savo vaikais. Ji gali būti labai veiksminga priemonė, užkertant kelią seksualiniam priekabiavimui.

Apatinių rūbelių taisyklei būdingi 5 svarbūs bruožai.

1. Tavo kūnas priklauso tau

Vaikai turi būti mokomi, kad jų kūnas priklauso jiems, ir niekas negali jo liesti be jų leidimo. Atviras ir tiesioginis pokalbis apie seksualumą ir „intymias kūno vietas“ vaikystėje, vartojant tinkamus pavadinimus lytiniams organams bei kitoms kūno vietoms įvardinti, padės vaikams suprasti, kas nėra leistina. Vaikai turi teisę atsisakyti bučinio arba būti liečiami netgi asmens, kurį jie myli. Vaikai turi būti mokomi iškart ir tvirtai pasakyti „ne“ netinkamam fiziniam kontaktui. Jie taip pat turi būti mokomi pasitraukti iš situacijų, kuriose pasijaučia nesaugiai, bei pranešti apie tai suaugusiajam, kuriuo pasitiki. Svarbu pabrėžti, kad apie tai, kas atsitiko, jie turi sakyti tol, kol kas nors rimtai atkreips į tai dėmesį.

Knygoje ranka, kaskart vis paliesdama Kiką, paklausia jo, ar gali tai daryti. Kikas jai leidžia. Tačiau rankai sumanius paliesti Kiką po apatiniais jo rūbeliais, Kikas pasako „Ne!“. Šia seka galėtų pasinaudoti tėvai ir globėjai, primindami vaikams, kad jie bet kada gali pasakyti „Ne“.

2. Geras prisilietimas - blogas prisilietimas

Vaikai ne visada atskiria tinkamą prisilietimą nuo netinkamo. Pasakykite vaikams, kad yra negerai, jei kažkas žiūri ar liečia jų intymias kūno vietas arba prašo jų pažiūrėti ar paliesti kitų žmonių intymias kūno vietas. Apatinių rūbelių taisyklė padeda jiems suvokti aiškia ribą, kurią lengva prisiminti: apatiniai rūbeliai. Ji taip pat padeda suaugusiems apie tai kalbėtis su vaikais. Jei vaikai nėra tikri, ar asmens elgesys su jais yra priimtinas, priminkite, kad jie gali kreiptis pagalbos į suaugusįjį, kuriuo pasitiki.

Knygelėje Kikas atsisako būti liečiamas po apatiniais rūbeliais. Tėvai gali paaiškinti, kad kai kuriems suaugusiems (tokiems kaip tėvai, globėjai ar gydytojai) gali prireikti paliesti vaikus, bet vaikai yra skatinami pasakyti „Ne“, jei situacija jiems tampa nemaloni.



3. Geros paslaptys – blogos paslaptys

Slaptumas yra pagrindinė seksualinių priekabautojų taktika. Todėl yra svarbu išmokyti vaikus atskirti geras paslaptis nuo blogų bei sukurti pasitikėjimo atmosferą. Kiekviena paslaptis, kuri verčia vaikus nerimauti, jaustis nejaukiai, baimintis ar liūdėti, nėra gera ir neturėtų likti paslapyje. Tokią paslaptį reikia patikėti patikimam suaugusiajam (tėvams, mokytojui, policijos pareigūnui ar gydytojui).

Knygelėje ranka skatina Kiką pasakyti, jei kas nors nori jį paliesti netinkamoje vietoje. Ši seka gali būti naudojama aptariant skirtumus tarp gerų (pvz., netikėtas vakarėlis) ir blogų paslapčių (kažkas, kas vaiką liūdina ar verčia nerimauti). Tėvai turėtų skatinti savo vaikus dalintis su jais blogomis paslaptimis.

4. Prevencija ir apsauga - suaugusiojo atsakomybė

Vaikai, prie kurių priekabiaujama, jaučia gėdą, kaltę ir baimę. Suaugusieji neturėtų vengti pokalbių apie seksualumą su vaikais ir užtikrinti, kad jie žinotų, į ką kreiptis, jei juos kažkas neramina, jei jaučia nerimą ar liūdesį. Vaikai gali jausti, kad kažkas yra negerai. Suaugusieji turi būti dėmesingi ir supratingi vaikų jausmams bei elgesiui. Gali būti įvairių priežasčių, dėl kurių vaikas atsisako kontakto su kitu vaiku ar suaugusiuoju. Toks jo/jos pasirinkimas turi būti gerbiamas. Vaikai turi visada jausti, kad jie gali pasikalbėti su savo tėvais šiuo klausimu.

Knygelėje ranka yra Kiko draugė. Suaugusieji turi padėti vaikams jų kasdieniniame gyvenime. Pagrindinė ir svarbiausia suaugusiojo atsakomybė yra seksualinės prievartos prevencija. Todėl yra svarbu neuždėti visos šio klausimo sprendimo naštos ant vaiko pečių.





5. Kiti svarbūs patarimai, susiję su Apatinių rūbėlių taisykle

Pranešimas ir atskleidimas

Vaikai turi žinoti, kuriais suaugusiais jie gali pasitikėti ir kuriais – ne. Vaikai turi būti skatinami pasikliauti tais suaugusiais, kuriais jie pasitiki, kurie yra pasiekiami, pasirengę jų išklaudyti bei jiems padėti. Su vaiku turėtų gyventi tik vienas toks patikimas suaugęs, kitas žmogus turėtų gyventi už šeimos ribų. Vaikai turėtų žinoti, kaip kreiptis pagalbos į tuos patikimus asmenis.

Pažįstami smurtautojai

Dažniausiai smurtautojai yra vaikui gerai pažįstami žmonės. Mažam vaikui ypač sunku suvokti, kad jį gali skriausti jam/jai gerai pažįstamas žmogus. Nepamirškite, kad smurtautojai stengiasi prisijaukinti vaiką bei išsikovoti jo/jos pasitikėjimą. Namuose turi vyrauti taisyklė: tėvai turi žinoti, kas vaikui nuolat dovanoja dovanas, prašo saugoti paslaptis bei bando praleisti laiką vienas su vaiku.

Nepažįstami smurtautojai

Kartais smurtautojas yra nepažįstamas asmuo. Išmokykite vaiką paprastų elgesio su nepažįstamuoju taisyklių: niekad iš nepažįstamų žmonių nepriimti dovanų ar kvietimų.

Pagalba

Vaikai turi žinoti, kad jiems gali būti labai naudinga profesionalų (mokytojų, socialinių darbuotojų, vaiko teisių kontrolierių, mokyklos psichologo ar policijos) pagalba, ir kad jie, norėdami sulaukti pagalbos, gali skambinti į pagalbos liniją. Kur kreiptis pagalbos, ieškokite knygelės gale.

Kodėl Apatinių rūbelių taisyklė?

Maždaug vienas iš penkių vaikų tampa seksualinio priekabiavimo ar prievartavimo auka. Tai patiria vaikai, nepriklausomai nuo jų lyties, amžiaus, odos spalvos, socialinio sluoksnio ar religijos. Smurtautojas dažnai yra vaikui pažįstamas asmuo, kuriuo jis/ji pasitiki. Smurtautojas taip pat gali būti vaikas.

Jūs galite užkirsti tam kelią.

Labai svarbu užtikrinti puikų bendravimą su vaiku. Tai reiškia santykių su vaiku atvirumą, ryžtingumą, tiesumą bei draugišką, nebauginančią atmosferą.

Tai padės pasiekti Apatinių rūbelių taisyklę.

Niekada nėra per anksti supažindinti vaiką su Apatinių rūbelių taisykle, nes priekabiavimas gali nutikti bet kuriame amžiuje.

Jei, kalbėdami šia tema su savo vaiku, jausitės nejaukiai, prisiminkite, kad tikriausiai sunkiau yra jums, suaugusiajam, o ne vaikui.





Kaip elgtis, įtariant priekabiavimą?

Jei įtariate, kad prie jūsų vaiko buvo priekabiauta, labai svarbu nesupykti ant jo/jos. Nepriverskite vaiko jaustis taip, tarsi jis/ji padarė kažką bloga.

Nekvoskite vaiko. Paklauskite jo/jos, kas galėjo atsitikti, kada ir su kuo, bet neklauskite, kodėl.

Pasistenkite vaiko akivaizdoje nenusiminti. Vaikai lengvai pasijaučia kaltais, todėl gali pradėti slėpti informaciją.

Pasistenkite nedaryti išvadų, paremtų neaiškia ar nepilna informacija. Patikinkite savo vaiką, kad jūs viskuo pasirūpinsite ir kreipsitės pagalbos pas psichologą, vaiko teisių apsaugos specialistą, gydytoją, socialinį darbuotoją ar policiją.

Kai kuriose šalyse egzistuoja specialios pagalbos linijos bei centrai, teikiantys pagalbą vaikams - seksualinio smurto aukoms. Jie taip pat gali padėti, esant įtarimui, jog vaikas tapo galimo seksualinio smurto auka. Kur kreiptis pagalbos, ieškokite knygelės gale.

Kur rasti medžiagos ir informacijos?

Europos Taryba parengė medžiagą, padedančią tėvams supažindinti vaikus su Apatinių rūbelių taisykle. Ją sudaro:

- Animacinis filmas
- Knyga, kurią savo 3-7 metų vaikams gali perskaityti tėvai
- Plakatai ir atvirukai

Visą šią medžiagą galima parsisiųsti iš www.underwearrule.org
Apatinių rūbelių taisyklė yra viena iš Europos Tarybos kampanijos „Vienas iš penkių“, kuria siekiama užkirsti kelią vaikų seksualinei prievartai, dalių. Daugiau apie Europos Tarybos remiamas prevencijos bei apsaugos priemones rasite čia www.pvc.lt ir www.coe.int/oneinfive

