KAKO RAVNATI V PRIMERU SUMA NASILJA, ZLORABE?

Otroci so lahko žrtve različnih oblik nasilja, zlorabe in zanemarjanja. Zaradi izkušenj nasilja, zlorabe imajo lahko različne posledice. Nekatere so jasno vidne, druge so manj prepoznavne ali pa se pokažejo po določenem času. Izkušnje nasilja lahko vplivajo na otrokov osebnostni razvoj, telesno in duševno zdravje, na njegove odnose z drugimi ljudmi ... Pri otroku, ki je žrtev nasilja, lahko prepoznate več znakov (v vedenju, čustvenem odzivu, načinu razmišljanja, pri učenju, spominu, telesnem počutju, zdravju ...). Pozorni bodite na spremembe, ki jih zaznate pri otroku (lahko postane bolj zadržan ali bolj vzkipljiv, nemiren, ima pogostejše psihosomatske težave, različne strahove, težave s spanjem, več težav v odnosih z vrstniki, izogiba se stikom z določenimi osebami ...).

V PRIMERU RAZKRITJA NASILJA, SPOLNE ZLORABE JE POMEMBNO, DA SE ODZOVETE IN OTROKU ZAGOTOVITE USTREZNO POMOČ IN PODPORO. NAJ NASILJE, ZLORABA NE OSTANE DRUŽINSKA SKRIVNOST. ČE SE OTROK V KROGU DRUŽINE NE MORE POGOVARJATI O TEM, KAR SE MU JE ZGODILO, OSTANE SAM S SVOJO STISKO.

POMEMBNO JE, DA POSLUŠATE S

- Poskušajte ostati mirni.
- Otroku povejte, **kako pomembno je, da vam je povedal o nasilju, zlorabi. Kako pogumen je, da je spregovoril o tem.**
- Povejte mu, da ima pravico biti varen. Da to, kar se mu je zgodilo, ni bilo prav.
- Otroku pojasnite in večkrat ponovite, da **ni on odgovoren za nasilje. Za nasilje, zlorabo je vedno odgovorna oseba, ki je povzročala nasilje.**
- Otroku zagotovite, da ga sprejemate ne glede na to, kaj se mu je zgodilo.

- Otroka poslušajte brez obsojanja. Ne pridigajte, ne moralizirajte. Ne sprašujte, ne jezite se: *»Zakaj mi tega nisi prej povedal?«*.
- Ne izražanje obupa, tega, da je otrok dokončno zaznamovan, da je z njim nekaj narobe ... Ne bodite pretirano zaščitniški do otroka.
- Zaščitite otroka. Povejte mu, kako boste ukrepali.
- Zagotovite mu strokovno pomoč, če jo potrebuje. Poiščite pomoč tudi zase.
- Vzemite si čas in ga preživite z otrokom v prijetnih, sproščujočih skupnih aktivnostih. Izražajte naklonjenost do otroka.

ZA DODATNE INFORMACIJE ALI ZA POMOČ V PRIMERU IZKUŠENJ NASILJA, ZLORABE SE LAHKO OBRNETE NA:

CENTER ZA SOCIALNO DELO
T:
E:

Društvo SOS telefon
T: 01 544 35 13, 080 11 55
E: drustvo-sos@drustvo-sos.si

Društvo za nenasilno komunikacijo
T: 01/43 44 822
E: info@drustvo-dnk.si

TOM – Telefon za otroke in mladostnike
T: 116 111 (vsak dan od 12:00 do 20:00)
E: tom@zpms.si

POLICIJA
T: 113

neon
Program Varni brez nasilja

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

PROGRAM NEON ZA PREVENTIVO NASILJA IN ZLORABE OTROK

www.programneon.eu

KAJ JE PROGRAM NEON?

Program NEON je preventivni program za zaščito otrok pred nasiljem in spolno zlorabo. Ponudi pozitiven način za obravnavo resnih in zahtevnih tem, kot sta nasilje in spolna zloraba otrok. Je del programa Varni brez nasilja in je nadgradnja programa CAP, ki ga v Sloveniji v osnovnih šolah izvajamo od leta 1998. Osnovno sporočilo programa otrokom in odraslim je, da imajo vsi otroci pravico, da so:

VARNI, MOČNI, SVOBODNI.

CILJ PROGRAMA

Osnovni cilj programa je **krepiti varovalne dejavnike otrok**, da bi se znali in zmogli ustrezno odzvati in da bi bili varni pred nasiljem, zlorabo.

DELAVNICE ZA OTROKE

Obravnavamo tri vrste nasilja, ki ga lahko doživijo otroci:

- vrstniško nasilje,
- nasilje neznane osebe oziroma tveganje za ugrabitev otroka,
- spolno zlorabo s strani osebe, ki jo otrok pozna.

Otroci se seznanijo in učijo:

- o pravicah vseh otrok, da so varni, močni in svobodni,
- o tem, kako prepoznati potencialno nevarne situacije nasilja, zlorabe in kako se nanje samozavestno odzvati,
- veščin samozavestnega in odločnega vedenja,
- o tem, kako pomembna je pomoč in podpora vrstnikov,
- o tem, kako povedati o izkušnji nasilja ali o svoji stiski odrasli zaupni osebi.

TRI POSEBNE PRAVICE

ŠTIRI SAMOZAŠČITNE VEŠČINE

Otrokom na delavnicah NEON predstavimo štiri samozaščitne veščine:

- Reci »NE«
- Pojdi stran
- Uporabi poseben samozaščitni krik
- Povej nekomu od odraslih

VAROVALNI DEJAVNIKI

- Otrokom pomagamo širiti in okrepiti njihovo socialno mrežo vrstnikov in odraslih.
- Otroke opremimo z različnimi informacijami, znanji in veščinami.
- Razvijamo in krepimo socialno-čustvene kompetence in samozavestno vedenje otrok.
- Z informacijami in znanji okrepimo odrasle, da bi lahko zagotovili konkretno podporo in pomoč, če oziroma ko jo kdo od otrok potrebuje.

KREPITE VAROVALNE DEJAVNIKE TUDI DOMA

Po delavnicah, na katerih bodo otroci sodelovali v šoli, ponovite sporočila in veščine, ki se jih bodo naučili, še doma.

Otroku pomagajte prepoznati **varne kraje**, kamor bi se lahko zatekel po pomoč in zaupne odrasle osebe, s katerimi bi se lahko pogovoril.

Vadite skupaj z otrokom **poseben samozaščitni krik** in druge samozaščitne veščine. Poudarite, kako pomembno je, da poseben krik uporabi le, če bi bil v nevarnosti.

Vadite skupaj z otrokom, kako lahko uporabi eno od osnovnih samozaščitnih veščin ter **samozavestno in odločno reče »ne«.**

Otroku pomagajte **razviti meje osebnega prostora**. Pogovorite se glede dotikov, objemov, golote, zasebnosti ... Ko se pogovarjate o telesu, pojasnite razliko med varnimi dotiki in dotiki, ki niso varni, prijetni. Uporabite lahko besedne zveze kot so »pod obleko« in »za spodnje hlače«.

Spoštujte otrokovo **potrebo po zasebnosti**.

Otroku pomagajte **krepiti zaupanje vase in občutek lastne vrednosti.**

Seznanite se z dejstvi o problemu nasilja in zlorabe otrok. Tako boste lahko uspešno izvajali preventivne aktivnosti doma in boste na voljo otroku za pomoč in podporo, če bi imel izkušnje nasilja.