Razgovor sa djecom o…

Seksualnom obrazovanju i odnosu prema pornografiji

Razgovor sa djecom o...je zamišljen da vas ohrabri da probate. Zato što i sam pokušaj da se razgovara o teškim temama znači prevenciju nasilja, manipulacije, seksualnog zlostavljanja, diskriminacije i konfuzije. Također osnažuje djecu, bez obzira da li aktivno slušaju ili ne. Oni znaju da sa vama mogu razgovarati o važnim stvarima. To je zato jer se usuđujete razgovarati o neobičnim, možda neugodnim i teškim temama.

Ispod možete naći informacije i primjere rečenica za razgovor sa djecom u vezi pitanja o seksualnosti i odnosa prema pornografiji.

SELBSTlaut
Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung · Beratung · Verdachtsbegleitung

Selbstlaut
Tel.
Email.
Web.

Thaliastraße2/2A, 1160 Wien
+43 1 810 90 31
office@selbstlaut.org
selbstlaut.org

Iako je teško, čim su djeca izložena digitalnim medijima, mi odrasli smo pozvani uputiti na pornografiju. To trebamo učiniti svojevoljno, jer je svakako pitanje trenutka kada će djeca biti suočena sa takvim slikama. Ako djeca znaju da se ove fotografije mogu pojaviti spontano i da su one kao akcioni filmovi, u smislu da su to glumci koji glume, već je lakše nositi se sa čudnim osjećanjima ili gađenjem i zbunjenošću. Čak i među djecom u osnovnoškolskom dobu, (zajedničko) gledanje porno filmova može biti test hrabrosti. Ili čak i takmičenje, ko može odgledati najodvratnije videe. Obično su ove slike strašne i okidači su osjećaja srama.

Što više djeca znaju i što više nauče bivajući svjesna sebe, svojih tijela i potreba, to pornografski sadržaj manje može na njih utjecati.

Budite oni koji će označiti stvari u svakodnevnom životu i aktivno dodavati informacije svemu što djeca vide, osjete ili (već) znaju, ali smatraju tabuom.

Razgovor sa djecom o...zahtjeva praksu i vrijeme. Nekad je to par minuta, nekad petnaest minuta, a nekad možda samo par sekundi. Jednostavno zahtjeva praksu. Pokušajte. Postajat će lakše i više uobičajeno.

Ovaj odjeljak je dio kompleta(publikacije) o sljedećih pet tema:

1) Dječja prava i pomoć protiv nasilja

2) Seksualno nasilje među djecom i jednostavno objašnjen pristanak

3) Zbunjenost i nelagoda izazvana ponašanjem odraslih

4) Seksualno obrazovanje i nošenje sa pornografijom

5) Nelagoda, stres i trauma

Publikacija "razgovor sa djecom o..." je razvijena od strane Selbstlaut tima u cilju unaprijeđenja razgovora o teškim temama sa djecom koja su u osnovnoškolskom dobu. Neke stvari mogu biti pogodne i za djecu uzrasta od 12 ili 13 godina. Šire gledano, tinejdžerima su potrebne i druge različite fraze koje nećete sresti u ovoj publikaciji.

Stadt Wien | Frauenservice Wien
ÖCERT
wien cert

Seksualno obrazovanje

Izrazi i riječi za dijelove tijela i genitalije, različite vidove življenja i željenja, informacije vezano za pubertet i promjene koje se događaju u tijelu, kao i kratki i činjenično ispravni odgovori na pitanja koja djeca postavljaju su sve dijelovi sekualnog obrazovanja(seksualne edukacije) kao što su brojevi dio matematike. Igranje doktora, gledanje jedni drugih, pružanje prijatnih i treperavih osjećaja samima sebi, imitiranje odraslih, prskanje okolo dok su goli u kadi i mnoge druge pojave su sve izrazi dječjih seksualnih aktivnosti. Oni su uobičajeni.

Ali zašto biste trebali ovo već spomenuti sa djecom osnovnoškolskog uzrasta?, vjerovatno se pitate

Djeca ispod dobi od 10 godina su dio starosne skupine najviše pogođene seksualnim nasiljem. Odrasli koji seksualno zlostavljaju djecu često koriste nezadovoljenu dječju radoznalost da upletu djecu u seksualne diskusije i činove, kao i da manipulišu njima ne bi li ih uvukli u seksualno zlostavljačke situacije.

Seksualna edukacija štiti i osnažuje. Ako djeca imaju znanje o temama vezanim za intimnost i dječju seksualnost i uče da razgovaraju o svakom dijelu tijela bez straha i srama, prepreka ka povjeravanju nekome o seksualnom nasilju koje su mogli iskusiti, je puno manja. Ako djeca imaju pitanja vezano za sekusalne teme, pokušajte dati podršku i odgovarajuće odgovore. Ne postoji takva stvar kao JEDAN razgovor.

Uostalom, šta je seks?

Šta trebam reći? Na primjer:

Riječ seks označava seksualne činove. To je kada stariji tinejdžeri ili odrasli dodiruju jedni druge na način koji ih uzbuđuje, bilo da su u pitanju njihove genitalije ili drugi osjetljivi dijelovi tijela.

Odraslima nije dozvoljeno da rade ovakve stvari sa djecom. Ovo važi i za stariju djecu i tinejdžere. To je zabranjeno.

Ideja

Ako vaša djeca pitaju kako bebe dospijevaju u stomak, oni žele odgovor na to pitanje. Oni ne žele predavanje ili da slušaju o pozicijama u seksu, kao što ne žele ni da im se kaže “kasnije” ili da ih pitate “Zašto pitaš?”, kao ni “Odakle ti to?”

Umjesto toga probajte ove primjere:

Bebe mogu biti začete kada spermatozoid uđe u jajnu ćeliju. Spermatozoidi dolaze iz penisa. To nije urin, već drugačija bjeličasta tečnost. Kada ova tečnost uđe u vaginu, može se dogoditi trudnoća. Ovo se obično događa kada odrasli imaju seks. Na primjer, oni leže u krevetu, možda jedno na drugom. Goli su i dodiruju jedno drugo na način koji ih uzbuđuje, bilo da su u pitanju njihove genitalije ili drugi osjetljivi dijelovi tijela. Pomjeraju se dosta i za to vrijeme pomenuta tečnost može izaći iz penisa u vaginu.

mijeh i sram

Posramljujuće riječi, čudne fraze, seksualizirane psovke ili nerazumljivi tehnički termini - ovo je ono što djeca najčešće čuju od odraslih o seksualnosti. Otvaranje prostora za razgovor, samo po sebi može biti veliko olakšanje za djecu i pomoći im da se nose sa svime što je zbuđujuće. Kada odrasli na primjer prave seksualizirane šale u prisustvu djece, to može biti prilika da se sa djecom razgovara o tome

Na primjer, ovako:

Odrasli uvijek misle da je djeci smiješno kada se govori o seksualnosti. Ali isto tako se većinu vremena odrasli smiju. Oni zapravo ne uspijevaju da razgovaraju sa djecom u vezi sa pitanjima koja djeca imaju o seksualnosti, prosto jer nisu navikli na to. Ili su možda posramljeni, a možda misle da djeca nisu zainteresirana za takve razgovore. Možda jer nikada nisu razmišljali tome koje riječi i rečenice su prikladne za djecu, odnosno koje su prihvatljive samo među odraslima. Nije jednostavno i lako držati te stvari odvojeno.

Uznemirilo me danas to što je osoba X napravila puno šala o seksualnosti imajući pri tom glupav izraz lica. Trebalo je da kažem nešto i zaustavim ga, ali nisam znao/la koji je najbolji način da to učinim. Sada sam ljut/a jer nisam ništa rekao/la.

Odrasli ne bi trebalo da govore djeci o sopstvenoj seksualnosti ili da prave takve vrste šala. To može biti zbunjujuće za djecu, ili učiniti da se osjećaju neugodno ili posramljeno. Ni jedno ni drugo nije u redu. Isto tako, to ponekad nije u redu ni za druge odrasle osobe.

Odraslima nije dozvoljeno da govore djeci tajne vezano za seksualnost, kao ni da traže od djece da čuvaju tajne.

Međutim, odrasli treba da pokušaju da odgovore na pitanja koja djeca imaju vezano za seksualnost na kratak i ispravan način, ne govoreći djeci stvari koje nisu činjenično tačne.

Nekad je lakše razgovarati o ovome u školi nego kod kuće. Ali, ako imaš pitanja, ili te nešto muči, ili ti je nešto posebno interesantno, dat ću sve od sebe da ti odgovorim.

Pornografija

Šta kada su djeca suočena sa pornografskim slikama ili videima protiv svoje volje? Ili u najmanju ruku bez opcije da daju svjesni pristanak? Takve slike mogu izazvati gađenje, razdraženost, ali mogu biti i smiješne ili okidač za uzbuđenje koje djecu zbunjuje. Imenujte ove oprečne osjećaje koji mogu biti izazvani ovakvim slikama. Ne pretvarajte se kao da ove slike ne postoje. Djeca trebaju usmjeravanje i priliku da izraze osjećaje neugodnosti, znatiželje ili zbunjenosti.

Pornografski prikazi često stvaraju sliku seksualnosti i požude više povezanu sa moći, silom i nasiljem, nego sa seksualnošću. Na primjer, često se iznosi tvrdnja da žene uzbuđuje nasilje. Ovi prikazi vrlo rijetko govore o osjećanjima. Ono što je posebno neprikladno za djecu kod pornografije, jeste to što ona ometa i spriječava sopstvene fantazije, želje, htjenja i potrebe. Pretežno, ovakvi normalizovani prikazi koji su napravljeni da stvore profit, remete želju I požudu koja tek treba da se razvije.

Pornografija je često nasilna prema manjinskim skupinama. Ona je rasistička, te ponižavajuća za određene grupe ili osobe i oblikuje gledaoce da fantaziraju o superiornosti i inferiornosti.

Za djecu je pornografija problematična jer je napravljena isključivo za odrasle i često veže seksualnost sa nasiljem, te ih predstavlja kao pripadajuću cjelinu. Konzumiranje pornografije može biti zbunjujuće i uznemirujuće za djecu. Posebno preporučujemo da budete otvoreni i odgovorite na pitanja koja vam djeca postavljaju, kao i na komentare koje imaju na takve zbunjujuće i napete slike. Mi, kao odrasli smo pozvani da konstatujemo da pornografija nažalost postoji u dječjim životima.

Ali, šta bi trebalo da kažem?, pomislit ćete...

Kada su djeca suočena sa pornografijom/seksualnim dopisivanjem/golotinjom/seksualnim zlostavljanjem u on-lajn prostoru/kod kuće, u učionici/životnoj zajednici/grupi tada obično učitelji/socijalni radnici i roditelji ne znaju što se točno dogodilo. Oni ne mogu 100% da saznaju što se dogodilo. Premda, ovo nije ključno da bi se moglo razgovarati o ovim temama i olakšati djeci da sama o tome govore. Manje je važno traganje za "istinom", umjesto toga pokušajte dati informacije prikladne uzrastu i dodajte nešto prikladno tome. Na ovaj način postajete pristupačnija osoba kojoj djeca mogu vjerovati, te možete otvoriti razna vrata. Ovo je mnogo važnije od postavljanja mnogo pitanja.

I može zvučati ovako:

Čuo/la sam da kruže neki videi okolo po razredu, u kojima odrasli imaju odnos, odnosno seks. Možda su neki od vas dobili ovakve videe ili ste ih proslijedili drugima. Želio/la bih vam reći sljedeće u vezi sa tim:

Takvi videi se zovu pronografski videi ili pornografija. Ovi videi su napravljeni za odrasle. Neki odrasli ih gledaju jer su im uzbudljivi, a neki ih uopšte ne žele gledati. Djeci i tinejdžerima nije dopušteno da gledaju ovakve videe, kao što djeci nije dozvoljeno ni da gledaju horor filmove, jer su zbunjujući, preplavljujući ili zastrašujući. U svakom slučaju znam da mnoga djeca svakako gledaju ovakve vrste filmova i klipova, sa namjerom ili su slučajno nabasali na takav sadržaj, ili im ih je neko poslao.

U porno filmovima su glumci i važno je znati da je seks veoma drugačijji u stvarnosti. U takvim videima često se može sresti nasilje i drugi uznemirujući sadržaj. Ako ste vidjeli takav video, moguće da ste zbunjeni. Možda vam je to odvratno. Možda je potpuno sramotno, čudno ili neobično. Moguće da pruža osjećaj uzbuđenja ili je smiješno. Ili istovremeno neugodno i privlačno. Sva ova osjećanja su u redu. Važno je da znate da nikome nije dozvoljeno da šalje takve videe djeci. To je zabranjeno i kažnjivo.

Može se dogoditi da pošaljete ili pokažete ovakav video nekome jer se osjećate preplavljeno i želite to podijeliti ili učiniti da nestane. Nešto kao poziv u pomoć. Moguće je da dijete proslijedi ovakav sadržaj da bi zbunilo ili uznemirilo drugo dijete, jer je to način da se osjeti velikim i moćnim. Može se dogoditi da čak ni ne želite gledati ovakve videe, ali ih ipak gledate iznova i iznova, te nekako ne uspijevate prestati. Ovo je vrsta ovisnosti.

Ponekad djeca gledaju takve videe iznova i iznova iz razloga što im se dogodilo nešto loše, kao na primjer nasilje. Vrsta nasilja je i kada odrasli dodiruju djecu u predjelu međunožja, njihovih penisa, vulve ili vagine, te kada prisiljavaju djecu da dodiruju genitalije odraslih. Nikome nije dopušteno da djeci radi ovakve stvari.

Također je zabranjeno odraslima ili starijoj djeci da pokazuju ili šalju djeci pornografiju. Odrasli koji čine takve stvari prave od ove vrste nasilja tajnu. Kada djeca dožive ovako nešto, tada im je zaista potrebna pomoć drugih. Jako je hrabro govoriti o tome i potražiti pomoć.

Ne znam da li je ijedna od ovih misli istinita za vas, ali je bitno da se ovdje svi osjećaju ugodno i zato mi je važno da o ovome sa vama razgovaram.

Kad se radi o djeci, smisleno je instalirati filtere na uređajima ili pretraživačima, mada to nije garancija zaštite.

Djeca ne bi trebalo da bez nadzora koriste uređaje koje odrasli koriste za gledanje pornografije ili drugih štetnih sadržaja. Čak šta više, ne bi trebalo da ih koriste uopšte, jer se reklame vezane za takav sadržaj mogu pojaviti u bilo kom trenutku.

Infos für Kinder, Jugendliche und Eltern/Bezugspersonen z.B. auf https://www.rataufdraht.at/

https://elternseite.at/de/themen/pornographie-online-was-sie-als-eltern-dazu-wissen-sollten

Razgovor sa djecom o…

Nelagodi, stresu i traumi

Razgovor sa djecom o...je zamišljen da vas ohrabri da probate. Zato što i sam pokušaj da se razgovara o teškim temama znači prevenciju nasilja, manipulacije, seksualnog zlostavljanja, diskriminacije i konfuzije. Također osnažuje djecu, bez obzira da li aktivno slušaju ili ne. Ona znaju da sa vama mogu razgovarati o važnim stvarima. To je zato jer se usuđujete razgovarati o neobičnim, možda neugodnim i teškim temama.

Ispod možete naći informacije i primjere rečenica za razgovore sa djecom u vezi nelagode, stresa i odgovora na traumu.

SELBSTlaut
Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung · Beratung · Verdachtsbegleitung

Selbstlaut Thaliastraße2/2A, 1160 Wien
Tel. +43 1 810 90 31
Email. office@selbstlaut.org
Web. selbstlaut.org

Kada dijete pokazuje (moguće) znakove traume (npr. česte i jake histerične ispade, udaranje glavom o zid, kompulsivno i konstantno masturbiranje, gubljenje i nemogućnost da se dozove itd.) tada je djetetu potrebna profesionalna pomoć. Nije na starateljima ili učiteljima da tretiraju dječju traumu. To je zadatak terapeuta i drugih profesionalno obučenih ljudi. Ali čak i u svakodnevnom životu, pedagozi, roditelji i drugi mogu puno učiniti da podrže traumatizirano dijete. Kada govorimo o ekstremnim/čudnim ponašanjima djeteta, važno je da učitelji i stratelji prije svega naprave pauzu i uzmu u obzir da ovakvo ponašanje može biti odgovor na traumu. To znači da najvjerovatnije nije u pitanju svjesna odluka djeteta i da ono u trenutku nije moglo drugačije postupiti. Sa ovom mogućnošću (tezom) na umu, najviše se radi na stabiliziranju, pružanju olakšanja, kao i pomoći kroz razgovor, u svrhu razumijevanja situacije i osjećaja.

Razgovor sa djecom o...zahtjeva praksu i vrijeme. Nekad je to par minuta, nekad petnaest minuta, a nekad možda samo par sekundi. Jednostavno zahtjeva praksu. Pokušajte. Postajat će lakše i više uobičajeno.

Ovaj odjeljak je dio kompleta(publikacije) o sljedećih pet tema:

1) Dječja prava i pomoć protiv nasilja

2) Seksualno nasilje među djecom i jednostavno objašnjen pristanak

3) Zbunjenost i nelagoda izazvana ponašanjem odraslih

4) Seksualno obrazovanje i nošenje sa pornografijom

5) Nelagoda, stres i trauma

Publikacija "razgovor sa djecom o..." je razvijena od strane Selbstlaut tima u cilju unaprijeđenja razgovora o teškim temama sa djecom koja su u osnovnoškolskom dobu. Neke stvari mogu biti pogodne i za djecu uzrasta od 12 ili 13 godina. Šire gledano, tinejdžerima su potrebne i druge različite fraze koje nećete sresti u ovoj publikaciji.

Stadt Wien | Frauenservice Wien
ÖCERT
wien cert

Traumatizirana djeca često osjećaju da su konstantno neuspješna i da griješe, prosto jer ne uspijevaju promijeniti svoja čudna, umarajuća i neobjašnjiva ponašanja. Ovakav konstantan osjećaj poraza, dodatno oslabljuje djecu. Zbog toga bi se odrasli trebali fokusirati na resurse i snage svakog pojedinačnog djeteta, te djetetu ukazati na njih. Ova zahtjeva dosta razumijevanja, suosjećanja, izdržljivosti i strpljenja.

Pomoć kroz razgovor i razumijevanje osjećaja

Kada govorimo o pružanju pomoći od strane odraslih, u smislu pronalaženja riječi i razumijevanja osjećaja, ne mislimo na diskusiju o traumatičnom događaju sa djetetom. Više se radi o pokušaju da se sa djetetom razgovara o njegovom ponašanju i osjećajima koji ih prate. Na ovaj način odrasli pružaju djeci riječi za nešto što je teško da se shvati i razumije. Oni pokazuju razumijevanje za ponašanje djeteta. Ovo pomaže pogođenom djetetu da sebe bolje prihvati i razumije.

Olakšanje

Glavna poruka je da ponašanje djeteta predstavlja normalnu reakciju na veoma tešku situaciju koja ne bi trebalo da je normalna. Osnovni stav je: “Nisi ti taj/ta ko je u krivu, ali su mogući razlozi za tvoje ponašanje pogrešni.” i “Postoji dobar razlog za svaku vrstu ponašanja.”

Primjeri rečenica za pojašnjenje traume djeci:

Neka su djeca u svojim životima iskusila jako teške stvari. Kao što je rat. Ili nasilje kod kuće. Ili imaju roditelje koji nisu dobro tretirali jedno drugo, te su se dosta okrutno svađali. Ili su preživjela gubitak bitne osobe, bilo da je u pitanju odlazak ili smrt. Ili odrasli nisu dobro vodili brigu o djetetu ili su dodirivali dijete na čudan i zbunjujući način.

Čak iako se to dogodilo davno, još uvijek se može dogoditi da se dijete osjeća kao da se se vratilo u tu tešku situaciju. To zapravo nije moguće, jer je sada drugo vrijeme, ali se mogu javiti osjećaji u tijelu i glavi koji čine da izgleda kao da je sve kako je bilo ranije. Ovo se može dogoditi u sred dana, u trenutku kada dijete obavlja neke sasvim druge aktivnosti. Situacija koja se ranije dogodila se odjednom pojavljuje u glavi djeteta, slično kao slika ili film.

Ponekad se tijelo također sjeća osobe koja se nije dobro odnosila prema djetetu i koje se ono bojalo. Kada se dogodi da dijete vidi nekoga ko izgleda ili se kreće kao ta osoba, može se dogoditi da ono ponovo proživi stres, iako se ne radi o istoj osobi kao u ranijoj situaciji.

Ovo je sve teško za razumjeti. Da li imaš pitanja?

Mislim da si i ti ponekad osjećaš tako, s toga bi bilo dobro da probamo skupa da razmislimo šta je tačno u tebi okidač za ovakve osjećaje, sjećanja ili tjelesna sjećanja. Onda možda možemo nešto učiniti da ne budeš toliko često ljut/a, ili da više ne budeš toliko uplašen/a ili pod stresom.

Tijelo pamti

Ponekad se djeca ne mogu sjetiti što se točno dogodilo. Njihovo je sjećanje kao gusta magla. Tijelo ima svoju sopstvenu memoriju. Na primjer, tijelo pamti miris ili prostoriju. Kada dijete osjeti taj miris ponovo, ili vidi sličnu prostoriju, ono odjednom doživljava iste osjećaje kao ranije. Dijete doživljava stres i biva uplašeno, diše ubrzano, uz snažno lupanje srca. Ili se dijete jako, jako naljuti. Ili odluta negdje daleko u svojoj glavi, a onda se kasnije toga uopšte ne sjeća.

Stanje opreznosti

Jedan od znakova traume može biti preuzbuđenost, kada su djeca hiperaktivna, nikako se ne mogu umiriti i konstantno su hiper uzbuđena. Ovaj traumatski simptom je često zamijenjen sa ADHD, te često biva pogrešno dijagnosticiran. U bilo kojoj situaciji koja je opasna po život, tijelo automatski oslobađa puno adrenalina, da bismo mogli pobjeći iz situacije ili se boriti. Kada nijedno od ova dva nije moguće, tijelo se zaledi. Onda se energija koja postoji u svrhu bijega ili borbe akumulira u tijelu i ne može se isprazniti. Kada ljudi ostanu u ovom stanju i konstantno su preuzbuđeni, onda se lako mogu osjetiti ugroženima ili kao da su pod prijetnjom, čak iako su sigurni već duže vrijeme.

Djetetu ovo možete objasniti na sljedeći način:

Primjetio/la sam da si često vrlo aktivan/na i da se ne možeš smiriti. Kao vulkan pred erupciju. Kao da u tebi ima puno energije, a ni sam/a ne znaš što bi s njom i kako da je se oslobodiš.

Možda je to osjećaj kao da imaš alarm u sebi koji se konstantno pali. Ili nešto u tvom tijelu viče: "Upozorenje, upozorenje, pažnja, opasnost!" Ili kao kada povučeš ručnu kočnicu u automobilu, dok istovremeno stišćeš gas.

Ponekad primjećujem da čak i najmanji stres, ili blago napeta situacija koja nije opasna, u tebi izaziva osjećaj nesigurnosti i prijetnje.

Mogu da zamislim da je to nevjerovatno iscrpljujuće. Često ti govorim da se smiriš i usporiš malo. Ali možda ne možeš drugačije, nego da budeš tako brz/a i napet/a. U tom slučaju je jako dosadno ako te ja konstantno prekoravam, jer ti svoje stanje prosto ne možeš promijeniti.

Znam da neka djeca imaju sistem unutrašnjeg alarma i imaju teškoće u poštovanju dogovora. Nekima od njih su se u prošlosti dogodile neke teške situacije. Možda su bili bolesni, te morali ostati dugo u bolnici. Ili im je majka imala težak porođaj. Ili niko kod kuće nije razgovarao sa djetetom ili pružio utjehu u trenutku kada se dijete osjećalo usamljeno. Ili je dijete preživjelo nasilje, fizičke udarce, viku, prijetnje, ili dodire u predjelu međunožja, zadnjice, ili penisa, ili vagine. Iako su ove teške situacije davno prošle, alarmni sistem u tijelu ove djece je još uvijek uključen i čini se kao da ne postoji dugme za njegovo gašenje.

Dogovori

Razmislit ću o načinima na koje te mogu podržati i šta možemo skupa učiniti da ti bude lakše i manje stresno. U situacijama kad se osjećaš preuzbuđeno, pokušat ću da te još više ne opterećujem ili vršim pritisak na tebe. Pokušat ću i da te podsjetim da si siguran/na i da u tom trenutku nema prijetnje ili opasnosti. Napravit ćemo jasna pravila na dnevnom i sedmičnom nivou, tako da znaš šta se događa. Šta misliš da bi ti bilo od pomoći u ovakvim situacijama? Šta bi te smirilo?

Kutija za hitnu pomoć

Možda možemo skupa napraviti kutiju za hitnu pomoć koju možeš ispuniti stvarima koje ti pomažu da se smiriš: na primjer lopticu za stres, sliku koju voliš da gledaš i koja ti daje snagu, neku posebnu plišanu igračku, neki fini miris, ili slatkiš koji voliš...

Ljutnja

Ponekad djeca osjećaju jak bijes, ili imaju ispade i teško ih je zaustaviti. Ljutnja i ispadi su do neke mjere dio razvoja djeteta. Kada ispadi postanu previše ekstremni, česti, te se dešavaju u neobično dugim intervalima, možete pokušati da pomognete djetetu da preispita i analizira bijes.

Primjećujem da si često veoma ljut/a. Ponekad toliko da te nemoguće zaustaviti. Kao da te taj osjećaj zarobio i onda je teško iz toga izaći. Sigurno postoji dobar razlog za toliku ljutnju. Možda si ljut/a jer sam rekao/la Ne nečemu. Ili te neko naljutio, tvoj učitelj ili neko drugo dijete. Možda si se posvađao sa nekim. Možda si ljut/a jer je neko vikao na tebe ili te udario. Možda si ljut/a zbog nekog događaja iz prošlosti, a sada te nešto iz nekog razloga podsjetilo na tu situaciju. Možda je nešto posve drugo. Želim sa tobom o tome razgovarati i probati razmisliti šta možemo učiniti da se ne osjećaš toliko ljuto zadugo. Važno mi je da se osjećaš dobro i sigurno.

Disocijacija

Postoji jedan od odgovora na traumu koji se naziva disocijacija - isključivanje(udaljavanje) od sadašnjeg trenutka. Djeca tada emotiovno i fizički ponovo proživljavaju traumatski događaj. To je veoma zbunjujuće za djecu. Ponekad se ne mogu sjetiti vremenskog perioda tokom kog se desila disocijacija, ili se sjećaju samo djelimično, ili je sjećanje pomućeno.

Disocijacija je vrlo komplikovana i može biti izražena na mnogo načina. Ako je moguće, disocijaciju treba zaustaviti. Ona je iscrpljujuća i štetna za dijete. Isto tako utječe i na drugu djecu u grupi ili razredu, koja osjećaju silinu disocijacije, ali naravno nemaju svijest o tome šta zapravo vide i čuju.

Disocijacija može biti objašnjena na sljedeći način:

Ponekad kada nam je sve oko nas previše, previše zbunjujuće, tada naše cijelo tijelo vrišti: "Ne mogu ovo više da podnesem!" i potom se ugasi. Kao osigurač koji pregori. Osjećaj je kao da nisi na ovom svijetu, kao da putuješ daleko u svojoj glavi ili u svojim osjećanjima. Kao da si duh. Bez tijela, osjećanja, bez duše. Kao da sebe gledaš odozgo kao posve druga osoba. Ili kao da si umotan/na u vatu i jedva da primjećuješ bilo šta iz vanjskog svijeta. Ponekad je teško vratiti se u sadašnji trenutak. U tom momentu je teško misliti ili govoriti. Često se ne možeš sjetiti šta se upravo dogodilo ili gdje si upravo bio/la. Kada se vratiš u sadašnji trenutak, često se osjećaš veoma umorno i iscrpljeno.

Zaustavljanje disocijacije

Takvo stanje nije dobro ni za jedno dijete, ili odraslog, a ni za tebe. Kada ponovo upadneš u takvo stanje, htio/jela bih da pokušam da te vratim u sadašnji trenutak. Razgovarat ću sa tobom i reći ću ti gdje se nalaziš, koliko imaš godina i ko sam ja. Možda ti mogu dati nešto da pomirišeš. Ili ti dati neki predmet da dodirneš. Ili ću probati da te na kratko dodirnem po ruci ili ramenu, tako da možeš izaći iz tog stanja. Kako ti ovo zvuči? Šta misliš da bi ti bilo od pomoći?

Sila traume

Trauma je jako kompleksna tema. Vrlo je izazovno i često umarajuće pratiti traumatiziranu djecu. Zahtjeva jasne granice, dosta strukture i veliku jasnoću da bi se pogođena osoba stabilizirala. Isto tako, ovo je potrebno, da ne bismo bili uvučeni u ono što se zove sila traume. Potražite pomoć za sebe. Razmijenite iskustva sa drugima, pravite pauze. Na taj način ćete traumatiziranom djetetu lakše moći pružiti podršku i osnaživanje.

Zum Weiterlesen

Krüger, Andreas (2011): Powerbook. Erste Hilfe für die Seele. Trauma-Selbsthilfe für junge Menschen. Hamburg
Krüger, Andreas (2013): Erste Hilfe für traumatisierte Kinder. 4. Auflage. Ostfildern
UNHCR Österreich (2016): Flucht und Trauma im Kontext Schule. Handbuch für PädagogInnen. Wien

Razgovor sa djecom o…

Zbunjenosti i nelagodi vezano za ponašanje odraslih

Razgovor sa djecom o...je zamišljeno da vas ohrabri da probate. Zato što i sam pokušaj da se razgovara o teškim temama znači prevenciju nasilja, manipulacije, seksualnog zlostavljanja, diskriminacije i konfuzije. Također osnažuje djecu, bez obzira da li aktivno slušaju ili ne. Oni znaju da sa vama mogu razgovarati o važnim stvarima. To je zato jer se usuđujete razgovarati o neobičnim, možda neugodnim i teškim temama.

Ispod možete naći informacije i primjere rečenica za razgovor sa djecom u vezi zbunjujućih situacija i riječi.

SELBSTlaut
Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung · Beratung · Verdachtsbegleitung

Selbstlaut Thaliastraße2/2A, 1160 Wien
Tel. +43 1 810 90 31
Email. office@selbstlaut.org
Web. selbstlaut.org

Osjećaj nelagode se rađa u trenutku kada neko uradi ili kaže nešto što zbunjuje druge. Situacija počinje bivati neugodna i čudna. Često ne znate šta da kažete. Kao ni da li je to što su odrasli izgovorili ili uradili smiješno ili bezobrazno(zlurado). Posebno je teško kada se odrasli ponašaju kao da je sve u redu i ne kažu ništa. Tada se djeca osjećaju loše i usamljeno.

Prepoznavanje nelagode i zbunjenosti i označavanje kao takvih nikada nije lako. Kada smo mi odrasli uzori koji ovo čine, veliki je korak napravljen ka olakšavanju djeci da nam povjere svoja osjećanja u trenutku kada im se nešto čini čudno.

Razgovor sa djecom o...zahtjeva praksu i vrijeme. Nekad je to par minuta, nekad petnaest minuta, a nekad možda samo par sekundi. Jednostavno zahtjeva praksu. Pokušajte. Postajat će lakše i više uobičajeno.

Ovaj odjeljak je dio kompleta(publikacije) o sljedećih pet tema:

1) Dječja prava i pomoć protiv nasilja

2) Seksualno nasilje među djecom i jednostavno objašnjen pristanak

3) Zbunjenost i nelagoda izazvana ponašanjem odraslih

4) Seksualno obrazovanje i nošenje sa pornografijom

5) Nelagoda, stres i trauma

Publikacija "razgovor sa djecom o..." je razvijena od strane Selbstlaut tima u cilju unaprijeđenja razgovora o teškim temama sa djecom koja su u osnovnoškolskom dobu. Neke stvari mogu biti pogodne i za djecu uzrasta od 12 ili 13 godina. Šire gledano, tinejdžerima su potrebne i druge različite fraze koje nećete sresti u ovoj publikaciji.

Stadt Wien | Frauenservice Wien
ÖCERT
wien cert

Vi ste majka, tetka, otac, brat, kum/a, djed, baka...

Zbunjeni ste i neugodno vam je u vezi načina na koji obiteljski prijatelj/ica škaklja dijete i stvara neprikladnu bliskost...

Šta biste mogli reći?

Ne želite bilo koga lažno optužiti, ne želite djetetu pokvariti zabavu, najviše od svega želite...nije uopšte lako zadržati jasnoću u glavi.

Škakljive situacije u privatnom okruženju

Rekao/la bih da se fino zabavljaš sa X osobom. Izgleda da se fino slažete. Ipak, htio/la bih da znaš da mi je čudan način na koji se on igra sa tobom. To me uznemirava. On te škaklja na način da se ja pitam da li je to tebi ugodno i zabavno. On ponekad stvara posebnu vrstu povjerenja sa tobom i ja o tome dosta razmišljam. Možda kompliciram više nego što u stvari jeste. U tom slučaju, ne misli na to više. Ako se tebi čini da je malo komplicirano i zbunjujuće, sada znaš da razmišljam o tome da li je to za tebe u redu ili ne.

Neprikladno ponašanje kolege učitelja/nastavnika - primjer koji pojašnjava kako imenovanje čudnih ponašanja može da zvuči. (iako je svaka situacija i nelagoda drugačija)

Ako ste na primjer nastavnik i pratite djevojčicu u osnovnoškolskoj dobi na posebnu poduku. U prostoriji se nalaze djeca i nastavnik. Nema slobodnog mjesta za sjedenje. Nastavnik ponudi djevojčici da mu sjedne u krilo. Situacija je čudna i neprikladna. Odvodite učenicu od nastavnika sa sobom i dajete joj da se ostatak dana igra u blizini zbornice.

Šta biste mogli reći djevojčici?

Odlučio/la sam da te izvedem sa časa i povedem sa sobom jer smatram da je nastavnikov poziv da mu sjedneš u krilo neprikladan i da nije u redu. Trebao ti je pronaći stolicu ili smo mogli skupa razmisliti gdje da se udobno smjestiš. Žao mi je ako se zbog ove situacije osjećaš posramljeno. Važno mi je da nastavnici ne stavljaju djecu u nejasne i čudne situacije. Moguće je da nastavnik nije razmišljao o tome. Moguće da on često stvara ovakve situacije ne bi li djecu uzeo u krilo i bio im bliže. On to ne smije raditi. Pokušat ću da razgovaram sa njim i da mu kažem da mislim da je njegovo ponašanje neprikladno. Ako to radi namjerno, direktor/ica škole će također porazgovarati sa njim. Mislim da bi te i tvoji roditelji mogli podržati. Možda im možeš ispričati o ovoj situaciji. Šta ti misliš?

Šta možete reći drugim učenicima/cama u ovom razredu?

Prošle nedjelje sam izveo/la vašu drugaricu sa časa nakon što je nastavnik predložio da mu ona sjedne u krilo, jer smatram da je to neprikladno. Mislim da nastavnik treba da se pobrine da ima dovoljno stolica za sve. Moguće je da neka djeca žele da sjede u njegovom krilu. Stvaranje ovakvih situacija je pogrešno sa njegove strane, jer onda izgleda kao takmičenje. Kako se vama učinila ova situacija? Možda sam nešto zaboravio/la ili nisam vidio/la nešto što bi bilo važno...

Neke opšte rečenice za prevenciju u vezi odnosa između učitelja/nastavnika/socijalnih radnika sa učenicima/cama

Učitelji/nastavnici su odgovorni da dobro paze i brinu o svakom djetetu. Ne mogu birati omiljene i brinuti manje o ostalima.

Kada je dijete tužno i potrebna mu je utjeha(ohrabrenje), u redu je da nastavnik utješi dijete, na primjer stavljajući ga u svoje krilo.

U svakom slučaju, nastavnik ne bi trebalo da djecu uvijek stavlja u krilo. Škola je za učitelja radno mesto, a ne prostor za razmjenu nježnosti. To je povrh svega loše za djecu koja ne žele sjediti nastavniku u krilu. Posebno kada je sve normalno i ugodno. Ko bi nastavniku rekao "Ja ovo ne želim?"

Važno mi je da se vi djeco osjećate ugodno u školi, ali i da ste isto tako sigurni da za svakog nastavnik/cu i sve druge zaposlene u školi važe ista pravila

Djeca mogu jedni drugima sjediti u krilu, mogu razmjenjivati nježnosti, grliti se, držati se za ruke, tući se, zaljubljivati se, govoriti jedni drugima tajne, razmjenjivati poklone i mnogo više od toga, ukoliko je to u redu za oboje djece.

Učitelji/nastavnici ne treba nikad da dijele tajne sa djecom. Oni posebno ne bi trebalo da traže od djece da čuvaju tajne.

Njima nije dozvoljeno da razmjenjuju nježnosti sa djecom.

Njima nije dozvoljeno davati poklone djeci u svrhu pridobijanja djece da čine nešto za njih.

Nastavnicima/učiteljima nije dozvoljeno namjerno zbunjivati djecu.

Ovo su važna pravila u školi i važno mi je da svi učitelji/nastavnici, roditelji i djeca ovo znaju. Na taj način su svi dobro informisani.

Komentari odraslih na izgled ili identitet djeteta

Uznemireni ste komentarima ili smijanjem vašem djetetu od strane druge odrasle osobe "Ne znam jesi li ti dječak ili djevojčica"

Često ne uspijevamo reći nekoj osobi da neki komentar nije bio smiješan i da je u stvari bio neprikladan, ili neugodan, ili neprijateljski, ili pak samo nepotreban. Kao odrasli mi brinemo da ne uznemirimo drugu osobu, pokvarimo raspoloženje ili da smo možda u krivu, iako je komentar zapravo zamišljen kao prijateljski.

Kako biste mogli, kasnije, kada je trenutak prošao, sa djetetom o ovome razgovarati?
Na primjer:

Uznemirilo me to što je osoba X rekla i kako se smijala. Ne postoje pravila o tome kako djeca treba da izgledaju. Nije odgovornost na djeci da osiguraju da su odrasli informisani. Također, postoji mnogo različitih načina kako se dijete može osjećati i predstavljati.

Neki odrasli žele da kontroliraju sve. Čak i da li je neko dječak ili djevojčica, ili iz koje zemlje dolazi, ili ko treba biti. To ko si ti i ko želiš biti je samo tvoja odluka i vrlo je hrabro birati sopstveni put u životu.

Jako mi je žao što nisam znao/la šta da kažem u trenutku kada se ovo dogodilo. Ne znam da li te je uopšte uznemirilo, ali ću sljedeći put probati da kažem nešto. Na primjer, reći ću da se neka djeca ne osjećaju ni kao dječaci, ni kao djevojčice. Djeca se mogu osjećati i negdje između ili drugačije, ili se to može promijeniti, ili se u najmanju ruku žele osjećati dobro u sopstvenom tijelu, te takvi komentari u tome nisu od pomoći. Umjesto toga ovi su komentari neugodni. Ili nešto slično tome. Ponekad je teško pronaći prave riječi. Da li postoji nešto što želiš da kažem u situaciji kada ti neko ponovo izgovori nešto slično?

Seksualizirani komentari odraslih

Kada neko vašem djetetu na primjer kaže: „Kad budeš veliki/ka, bićeš pravi/a zavodnik/ca, obaraćeš muškarce/žene sa nogu“. Ili: „I ja bih se za tobom okrenuo na ulici“. Ili „Šteta što sam toliko star...“ itd.

Najčešće se odrasli smiju ovakvim komentarima, nezavisno da li opasku stvarno smatraju smiješnom ili više neugodnom, posramljujućom, neprikladnom ili iritantnom. Kroz ovakvo ponašanje sredine, djeca uče da i oni trebaju da se smiju ili da se čak osećaju polaskano.

Moguće je da se dijete pritom ne osjeća loše, nego da je komentar stvarno doživjelo kao fini kompliment. Najčešće su ovakve opaske djeci u osnovnoškolskom uzrastu ipak neprijatne i čine da se osećaju posramljeno. Ovakvu dječju reakciju odrasli često koriste za svoju dalju zabavu i zbijaju „šale“ kako nema razloga da dijete pocrveni.

Mnogi odrasli poznaju ovakve ili slične komentare iz sopstvenog djetinjstva i sjećaju se tog tjeskobnog osjećaja. Kada niko ne reaguje, tada djeca uče da neki odrasli stvaraju čudnu i neprijatnu atmosferu kad su teme vezano za tijelo, atraktivnost, seksualnost i zaljubljenost u pitanju. I isto da drugi odrasli to smatraju zabavnim. Uvježbavaju, dakle, da su odrasli jednostavno takvi, jer izgleda kao da je svima to ponašanje normalno. Djeca moraju da se na to naviknu, i kada je to za njih nelagodno i iritirajuće.

Šta biste vi – realistično tek kad je situacija prošla – mogli da kažete vašem djetetu?

Naljutilo me je ponašanje (osobe) X. On misli da je to svima, a naročito djeci smiješno, kada kaže takve stvari. U stvari se radi o seksualnim temama. On zna da to nije prikladno i zbog toga se pretvara kao da je to šala. Da mu niko ne bi rekao da s tim treba da prekine i da to nije u redu. Odrasli mogu da se zaljube ili za nekim okreću ili da imaju seksualne želje za drugim odraslima, ali ne sa djecom.

Baš zato što odrasli znaju da takvo ponašanje nije prikladno, pričaju o tome na tako tajnovit način i sa neugodnim osmijehom. Takve situacije su za sve zbunjujuće, a naročito za djecu. Nekim odraslima je zabavno ili se osećaju dobro i moćno kada zbunjuju druge. Za mnoge odrasle je to toliko normalno, da ništa i ne primjećuju. Mene to ljuti i mislim da je neprikladno i ne želim da te odrasli zbunjuju ili da ti kažu stvari koje su nejasne ili glupe ili koje stvaraju neugodnu atmosferu. Kako si ti doživio/la situaciju? Ako želiš, možemo zajedno da razmislimo, šta bih mogao/la da kažem (osobi) X kada ga sljedeći put budem vidio/jela. I ti naravno možeš nešto da kažeš, iako nije lako zaustaviti odrasle koji se smiju.

Blizina i distanca

Aktivno razgovarajte sa djetetom o tome čija blizina djetetu prija, čija ne, a čija samo ponekad?

Koje su dodiri prijatni a koji nelagodni kod kuće, a koji u školi?

Koji su načini pozdravljanja i rastanka sa odraslima djetetu prijatni, koji su nelagodni, a na koje bi samo ponekad pristalo?

Kakvo pozdravljanje i rastanak sa drugom djecom je za Vaše dijete prijatan, koji ne, a na koje bi samo ponekad pristalo?

Možda postoje rođaci ili porodični prijatelji, čija brada grebe pri poljubcu, koji čudno mirišu, čudno ih gledaju ili čiji pozdrav/ komentar djecu posramljuje?

Kako izgledaju pozdravi i rastanci u školi, da li je sa različitim nastavnicima/cama drugačije? Koji su načini pozdravljanja i situacija sa nastavnicima/cama, u kojima dolazi do telesnog kontakta, djeci ugodni, a koji ne?

Ovakvi kratki razgovori svakodnevnog karaktera su odlična prilika da osnažite djecu protiv glupih šala, protiv pomjeranja granica, kao i protiv seksualiziranih dodira. Ako dijete bude iritirano zbog ponašanja odraslih ili neprijatnih dodira, ono onda zna da ste vi osoba sa kojom otvoreno može da razgovara o ovim komplikovanim sutuacijama.

Razgovor sa djecom o…

Dječjim pravima i dobijanju pomoći protiv nasilja

Razgovor sa djecom o...je zamišljen da vas ohrabri da probate. Zato što i sam pokušaj da se razgovara o teškim temama znači prevenciju nasilja, manipulacije, seksualnog zlostavljanja, diskriminacije i konfuzije. Također osnažuje djecu, bez obzira da li aktivno slušaju ili ne. Ona znaju da sa vama mogu razgovarati o važnim stvarima. To je zato jer se usuđujete razgovarati o neobičnim, možda neugodnim i teškim temama.

Ispod možete naći informacije i primjere rečenica za razgovor sa djecom u vezi dječjih prava i dobijanja pomoći protiv nasilja.

SELBSTlaut
Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung · Beratung · Verdachtsbegleitung

Selbstlaut Thaliastraße2/2A, 1160 Wien
Tel. +43 1 810 90 31
Email. office@selbstlaut.org
Web. selbstlaut.org

Najproblematičnija stvar za djecu je kada osjećaju da postoji teška tema koja visi u zraku, ali im niko ne govori šta se događa. Kada saznaju šta se zapravo događa, djeca znaju da to nije njihova krivica, te da postoje drugi razlozi zbog kojih je svijet okrenut naglavačke. Kratke informacije i izjave su dovoljne.

Ne postoje patentirani lijekovi i pravi način da se obave ovi razgovori sa djecom. Ali postoji sigurnost da djecu osnažuje kada im pomognemo da poslože svoje misli i osjećanja, kada ih podržimo da govore i pružimo im odgovore.

"Šta ako djeca uopšte ne pitaju?" zapitat ćete se

Verbalizirajte stvari u svakodnevnom životu djeteta. Aktivno dajite informacije o svemu što djeca vide, osjete ili (već) znaju, ali smatraju tabuom.

Razgovor sa djecom o...zahtjeva praksu i vrijeme. Nekad je to par minuta, nekad petnaest minuta, a nekad možda samo par sekundi. Jednostavno zahtjeva praksu. Pokušajte. Postajat će lakše i više uobičajeno.

Ovaj odjeljak je dio kompleta(publikacije) o sljedećih pet tema:

1) Dječja prava i pomoć protiv nasilja

2) Seksualno nasilje među djecom i jednostavno objašnjen pristanak

3) Zbunjenost i nelagoda izazvana ponašanjem odraslih

4) Seksualno obrazovanje i nošenje sa pornografijom

5) Nelagoda, stres i trauma

Publikacija "razgovor sa djecom o..." je razvijena od strane Selbstlaut tima u cilju unaprijeđenja razgovora o teškim temama sa djecom koja su u osnovnoškolskom dobu. Neke stvari mogu biti pogodne i za djecu uzrasta od 12 ili 13 godina. Šire gledano, tinejdžerima su potrebne i druge različite fraze koje nećete sresti u ovoj publikaciji.

Stadt Wien | Frauenservice Wien
ÖCERT
wien cert
Qualitäts-Zeichen für Wiener Bildungsträger
waff

Razgovor sa djecom o njihovim pravima je važan dio prevencije nasilja. Informacije u vezi prava koja djeca ostvaruju, šta im je dozvoljeno činiti, šta im je potrebno u kontekstu dobrobiti, šta su odrasli dužni činiti za djecu i šta ne bi trebali činiti, kao i to šta djeca mogu učiniti kada su im prava oduzeta, sve ovo donosi jasnoću i osnažuje djecu. Ona trebaju znati da postoje zakoni oko kojih su se odrasli iz mnogo zemalja složili, u svrhu toga da djeca odrastaju sigurno i dobro.

Djeca koja poznaju svoja prava, mogu se osjećati više rasterećeno, ako su svjesna svojih prava i znaju da su odrasli koji im oduzimaju prava u krivu. Ovako je za djecu lakše da dobiju pomoć, ako za to postoji mogućnost.

Možete početi tako što ćete sa djecom razgovarati o dječjim pravima koja već poznaju, te im pojasniti najvažnija:

Roditelji i drugi staratelji imaju dužnost brige o djeci, te ih trebaju paziti. Djeca imaju pravo na dom, dovoljno hrane, pića i odjeće. Kada su djeca bolesna, imaju pravo na lijekove i liječničku pomoć. Svako dijete ima pravo na besplatno obrazovanje. Djeca imaju pravo na slobodno vrijeme. Ona moraju imati vrijeme kada ne rade ništa, kada se igraju i odmaraju. Nijedno dijete ne smije biti tretirano na čudan način ili drugačije od ostale djece. Nije važno kako djeca izgledaju, koje jezike govore, koje sposobnosti imaju, da li se osjećaju kao dječaci ili devojčice, ili trans, ili ni tako ni ovako, koji pasoš posjeduju, ili ako imaju neki invaliditet, kao ni kakve osobine imaju.

Važno dječje pravo je da se osjećaju sigurno, snažno i slobodno. Kada, gdje i sa kime se osjećate sigurno? Kada i gdje se osjećate snažno? Kada i sa kime se osjećate slobodno?

Neka važna dječja prava:

- Pravo na izražavanje mišljenja i sudjelovanje
- Pravo na zdravlje
- Pravo na brigu(staranje)
- Pravo na zaštitu od nasilja
- Pravo na posebnu njegu & i podršku u slučaju invaliditeta
- Pravo na igru i slobodno vrijeme
- Pravo na jednakost
- Pravo na obrazovanje
- Pravo na zaštitu tokom rata & izbjeglištva
- Pravo na zaštitu od ekonomske & seksualne eksploatacije

Dalje informacije o pravima djece

https://www.unicef.org/bih/izvje%C5%A1taji/konvencija-o-pravima-djeteta-dje%C4%8Dja-verzija

Primjeri rečenica prilagođenih djeci i potencijalna pomoć:

Rat

Rat je jedan od primjera nasilja. Ljudski domovi su uništeni i ljudi bivaju ubijeni. U tom slučaju djeca imaju pravo na novi dom, često u drugoj zemlji.

Nasilje u porodici

Nasilje je također, kada se djeca tuku. Roditeljima i drugim odraslim osobama nije dozvoljeno tući ili povrijeđivati djecu.

Ponekad se može dogoditi da roditelji/staratelji ne daju djeci dovoljno hrane ili ne brinu/nisu u stanju da vode brigu o tome. Ili ne obezbjeđuju uslove da se djeca operu i obuku, ili da ne dođu u dodir sa drogama. To se zove zanemarivanje.

Oblik nasilja je i kada roditelji vrijeđaju djecu, ili sa njima više ne razgovaraju. Ili ih krive za sve. Ili kada govore stvari koje su zločeste i povrijeđuju. Ovo se naziva psihološko ili emocionalno nasilje. Ovo je također zabranjeno. To čini da se djeca osjećaju glupo, loše i krivo. Ili čini da požele da nestanu.

Uvijek je važno da djeca znaju da ne zaslužuju takav tretman i da imaju pravo da se prema njima dobro postupa.

Postoji i nasilje koje nije izvršeno nad djecom, ali kojem oni svjedoče. To ih čini prisilnim svjedocima nasilja i situacija kada je neko zločest. Na primjer, to je kada jedan roditelj udari drugoga. Ili kada mu/joj se smije. Ili ga/je uvrijedi. Ili pak kada ga/ju dodiruje, ili ima seks na način na koji to drugi roditelj ne želi. Ponekad djeca čuju uvredljive riječi ili svjedoče uvredljivom tretmanu između odraslih. To može biti strašno.

Ima puno razloga zbog kojih odrasli mogu da ne budu dobri u brizi o djeci. Možda zbog toga što su bolesni, ili imaju puno briga, ili se žele osjećati moćno, ili su pak sami iskusili loše stvari, ili možda im prosto nije stalo. Ali odrasli uvijek imaju odgovornost prema djeci. Tada drugi odrasli pritiču u pomoć i tu su za dijete.

Seksualizirano nasilje

Nasiljem se također naziva kada se događaju neprikladni, zbunjujući dodiri. Kada odrasli dodiruju djecu u predjelu međunožja, zadnjice, ili vagine, ili penisa, ili pak zahtjevaju od djece da ih dodiruju na taj način. To je također zabranjeno.

Kada djeca iskuse nasilje, njihovo je pravo da dobiju pomoć. Zato je jako važno da se djeca mogu na nekog osloniti i nekom povjeriti. Da bi se to dogodilo, treba da postoje odrasli kojima djeca vjeruju i koji se usuđuju da se uključe. To mogu biti osobe iz porodice djeteta ili porodični prijatelji. Ili učitelji, ljudi iz službe za podršku i pomoć djeci i mladima, ili policija. Vrlo je hrabro kada djeca koja su iskusila nasilje - u bilo kojoj formi - pokušaju da dobiju pomoć i ne odustaju kada ih se ne uzima za ozbiljno ili ih se ne čuje.

Službe za podršku i pomoć djeci i mladima

Kada roditelji/staratelji ne mogu da vode dobru brigu o djeci, tada je i njima samima potrebna pomoć. U Austriji, na primjer postoji Dječja i omladinska služba (Kinder- und Jugendhilfe). Ona je zadužena za pomoć djeci, a i roditeljima kada oni ili drugi odrasli oduzimaju djeci pravo na zaštitu od nasilja. Ljudi iz službe za podršku i pomoć djeci i mladima razgovaraju sa roditeljima i nastoje im pomoći da se dobro brinu o djeci.

Krizni centri i domovi za nezbrinutu djecu

Kada djeca saznaju da se dijete iz njihovog razreda preselilo u krizni centar ili dom za nezbrinutu djecu, često je slučaj da nijedan odrasli sa njima o tome ne razgovara. Djeca ostaju sama, sa dosta pitanja i moguće, strahova.

Šta bi trebalo da kažem? pomislit ćete. Na primjer sljedeće rečenice:

X iz tvog razreda se preselio/la u krizni centar, kažeš. Kada djeca više ne mogu da ostanu kod kuće, jer niko ne brine o njima, ili zato što se dogodilo nasilje, onda ona ostaju u kriznim centrima neko vrijeme ne bi li se oporavili od stresa. Onda se donosi odluka da li se dijete vraća svojoj porodici ili se smješta u dom za nezbrinutu djecu, ili pak u hraniteljsku porodicu. To može biti veoma teško i tužno. Ali isto tako može biti veliko olakšanje za dijete. Važna stvar je da nikome nije dozvoljeno da povrijedi dijete, a to uključuje i njegove/njene roditelje.

Dom za nezbrinutu djecu je sasvim normalan stan sa sobama, kuhinjom, dnevnom sobom i kupatilom itd., gdje nekoliko djece živi skupa. Tamo oni žive sa odgajateljima iz službe za podršku i pomoć djeci i mladima, koji vode posebnu brigu da djeca imaju sva prava. Djeca nastavljaju da idu u školu kao i obično i odrastaju u ovom vidu nove porodice.

Da li si razgovarao o tome kako je X iz tvog razreda u domu za nezbrinutu djecu? Šta misliš?

Ljutnja

Djeca koja su iskusila nasilje su često vrlo ljuta i obično se osjećaju krivim zbog toga. Ljutnja, strah i tuga su ipak važna osjećanja, da se primjeti bilo šta što ne bi trebalo da se radi djeci. Ili kada niko ništa ne primjećuje, ili se ne usuđuje progovoriti, ili pak umiješati i tada se se djeca osjećaju potpuno sama.

Šta biste mogli reći kada je vaše dijete veoma ljuto?

Razumijem da si ljut/a. Ili: Vidim da si ljut/a. Moguće da imaš osjećaj kao da će ti glava eksplodirati. Ili možda želiš polomiti sve oko sebe. Kada je neko toliko ljut, onda on/ona nije više u stanju da misli. Donijet ću jastuk koji možeš uda-rati. A onda ćemo napraviti svemirsku raketu u koju ćemo staviti sve koje želiš poslati na Mjesec. Možemo i nacrtati raketu i u trenutku kada su unutra svi koje želiš poslati na Mjesec, tada ćemo je pokrenuti. Bum!

Možda samo želiš biti sam/a. Ja sam tu, ako želiš da kasnije razgovaramo o tome zašto si ljut/a. Ili na koga si ljuta/a. Ili ako želiš da sjedimo skupa bez da razgovaramo.

Ako ti je teško da sa mnom razgovaraš o tome, razmisli o nekom kome vjeruješ. Možda možeš napisati poruku toj osobi. Ili je nazvati. Ne moraš meni o tome govoriti. Sve što je u redu za tebe, i za mene je u redu.

Osnovne prve rečenice za reći u trenutku kada vam dijete ispriča o seksualnom zlostavljanju:

Utjeha

Žao mi je što ti se to dogodilo. Taj neko je bio zločest prema tebi.

Imenujte

Ono što ti je ta osoba uradila se naziva seksualno nasilje. Nikome nije dozvoljeno da to radi djeci.

Razjasnite odgovornost

Nije tvoja krivica što ti se ovo dogodilo. Jedino je odgovorna osoba koja je to uradila. Bez obzira na to šta si dobio/la za uzvrat.

Prepoznajte hrabrost

Jako je hrabro to što govoriš o ovome.

Pružite informacije

Postoje i druga djeca koja su iskusila slične stvari. Nisi sam/a.

Objasnite sljedeće korake

Moram da potražim pomoć za sebe, a onda možemo skupa da razmislimo šta bi ti bilo od pomoći. Pokušat ću sve što je u mojoj moći da se osjećaš bolje i da se ovako nešto ponovo ne dogodi.

Nemojte preispitivati svoje/dijete. Kada postavljate pitanja, pokušajte da ih ostavite otvorenima. Ne koristite da/ne pitanja, već otvorena, kao na primjer:

Šta misliš o ovoj novoj situaciji?

Šta misliš o našem razgovoru? Šta bi želio/la u bliskoj budućnosti kod kuće (u razredu, školi)?...

Vaše/dijete odlučuje da li želi i kada da razgovara o situaciji ili ne. Ali možete dati do znanja da vam je važno kako je dijete.

Ćutanje jedino pomaže onima koji su nasilni. Svaki pokušaj da se djeci pruže uzrastu prilagođene informacije o ovoj tabu temi koja se obično smatra sramotnom, ma koliko nespretan bio, može predstavljati prvi izlazak iz nasilne situacije. Ne radi se o poučnim pričama. One čine djecu slabijom. Radi se o podršci djeci da govore i prođu kroz sve što im se događa, kao i o davanju do znanja da nisu sama.

Razgovor sa djecom o…

Seksualnom nasilju među djecom i pristanku

Razgovor sa djecom o...je zamišljen da vas ohrabri da probate. Zato što i sam pokušaj da se razgovara o teškim temama znači prevenciju nasilja, manipulacije, seksualnog zlostavljanja, diskriminacije i konfuzije. Također osnažuje djecu, bez obzira da li aktivno slušaju ili ne. Oni znaju da sa vama mogu razgovarati o važnim stvarima. To je zato jer se usuđujete razgovarati o neobičnim, možda neugodnim i teškim temama.

Ispod možete naći informacije i primjere rečenica za razgovor sa djecom u vezi seksualnog nasilja među djecom, kao i pristanka.

SELBSTlaut
Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung · Beratung · Verdachtsbegleitung

Selbstlaut **Thaliastraße2/2A, 1160 Wien**
Tel. **+43 1 810 90 31**
Email. **office@selbstlaut.org**
Web. **selbstlaut.org**

Kada govorimo o seksualnom nasilju među djecom, imamo sklonost da dramatiziramo situaciju (ljudi govore o sekusalnom zlostavljanju, o "nasilnicima" i "žrtvama". U obdaništima, na primjer, udobni kutak biva zatvoren, dešavaju se snažni konflikti između roditelja pogođenog i roditelja djeteta koje je načinilo nasilni čin...), ili sve banaliziramo ("ništa se nije dogodilo", "djeca su se samo igrala", "djeca to treba sama da riješe").

Prije svega, važno je ostati miran i razumjeti što se zapravo dogodilo: da li je u pitanju sporazumna dječja seksualnost ili seksualno nasilje/napad? Ponekad je također nejasno koje dijete je pogođeno, a koje je načinilo napad. S obzirom da često nije lako sve ovo razumjeti, djeca trebaju pomoć odraslih za sređivanje situacije. Tada je djeci lakše da razumiju što se zapravo dogodilo, što dalje pomaže da se stvari imenuju i da se o njima razgovara.

Razgovor sa djecom o...zahtjeva praksu i vrijeme. Nekad je to par minuta, nekad petnaest minuta, a nekad možda samo par sekundi. Jednostavno zahtjeva praksu. Pokušajte. Postajat će lakše i više uobičajeno.

Ovaj odjeljak je dio kompleta(publikacije) o sljedećih pet tema:

1) Dječja prava i pomoć protiv nasilja

2) Seksualno nasilje među djecom i jednostavno objašnjen pristanak

3) Zbunjenost i nelagoda izazvana ponašanjem odraslih

4) Seksualno obrazovanje i nošenje sa pornografijom

5) Nelagoda, stres i trauma

Publikacija "razgovor sa djecom o..." je razvijena od strane Selbstlaut tima u cilju unaprijeđenja razgovora o teškim temama sa djecom koja su u osnovnoškolskom dobu. Neke stvari mogu biti pogodne i za djecu uzrasta od 12 ili 13 godina. Šire gledano, tinejdžerima su potrebne i druge različite fraze koje nećete sresti u ovoj publikaciji.

Stadt Wien | Frauenservice Wien
ÖCERT
wien cert

Četiri vrste nasilja kroz riječi prilagođene djeci:

1 Nemar i zanos

Ponekad su djeca radoznala i ne samo da žele istražiti sebe i sopstvena tijela, nego i tijelo drugog djeteta. Nekad se djeca igraju ljekara i u toku igre se mogu razodjenuti i istraživati jedni druge bez odjeće. Djeci je dozvoljeno igrati se takvih igara samo kada je to u redu za oboje/svu djece/djecu. Ponekad je neko dijete toliko uzbuđeno tokom igre da može naletiti na drugo dijete i oboriti ga, ili ga zagrliti suviše snažno, stisnuti šaku prejako, ili "mjeriti temperaturu" drugom djetetu, iako to ono ne želi. Ovo se može dogoditi i nije namjerni čin. Ali, svi bismo trebali pokušati da budemo svjesni toga kako se neko drugi osjeća.

2 Promjenljive situacije

Može se dogoditi da se oboje djece žele igrati neku od ovih igara i u početku je prijatno i interesantno oboma, ali se onda dobar osjećaj promijeni. Kao klackalica koja koja se odjednom nagne na jednu stranu. Ili semafor koji se odmah mijenja iz zelenog u crveno svjetlo. U tom trenutku igra mora da stane. Zato što to više nije igra, kada ne prija jednom djetetu. Iako je igra u početku bila uzbudljiva i prijatna, nijedno dijete ne mora nastaviti sa igranjem. Niko ne treba biti posramljen i to nije ničija krivica. Klackalica se upravo nagnula na drugu stranu. Ovo se može dogoditi u bilo kom trenutku.

3 Namjerni nasilni činovi

Ponekad djeca primijete da drugo dijete više ne uživa u nečemu, ali ga bez obzira na to nagovaraju ili tjeraju da nastave sa igrom. To je zato jer se na taj način djeca osjećaju snažno i moćno. Ovo nije u redu. Nekad dijete koje koje ima veću moć tjera drugo dijete da taji situaciju ili čak mu prijeti: "ako kažeš nekome, neću ti više biti drug/drugarica, neću se više igrati sa tobom..., "učinit ću nešto loše, ako izbrbljaš nekome". Nikome nije dopušteno prijetiti drugima ili zahtjevati od njih da čuvaju tajne. Djeca koja čine takve stvari trebaju biti zaustavljena od strane odraslih.

4 različiti činovi kao "post-traumatska igra" uzrokovana seksualnim nasiljem

Ponekad djeca zahtjevaju od druge djece da ih dodiruju po zadnjici, penisu, vulvi ili vagini, ili traže da dodiruju drugu djecu u tim predjelima. Oni ovo čine jer se njima samima dogodilo nešto čudno, na primjer dodirivanje u predjelu međunožja, stražnjice, penisa ili vagine od strane odraslih. Nikome nije dozvoljeno da čini ovakve stvari, to je zabranjeno. Djeca bi definitivno trebala ispričati o ovim situacijama nekom dragom odraslom. Oboje djece svakako trebaju podršku i pomoć.

Ako dođete do zaključka, ili se pribojavate da se se dogodilo seksualno nasilje, svako dijete uključeno u ovakvu situaciju treba podršku kroz razgovor, i uopšte podršku od odraslih, ali je podrška najviše potrebna pogođenom djetetu.

Razgovor sa pogođenim djetetom

Utjeha i pohvala dolaze prvo, na primjer ovako:

Žao mi je što ti se ovo dogodilo. Nikome nije dopušteno da te dodiruje na način koji tebi ne prija. Ni odraslima, ni djeci. Hvala ti što (sa mnom) razgovaraš o ovome. To je vrlo hrabro i snažno.

Često ne saznamo što se dogodilo od samog djeteta, već od druge djece, ili roditelja. Ako vam neko treći ispriča o takvoj situaciji, podijelite to sa djetetom, recite mu/joj šta ste saznali/čuli. Na taj način dijete će biti manje zbunjeno i lakše će imati povjerenje. Probajte obratiti pažnju i imenovati osjećanja koja dijete možda ima. To će olakšati djetetu, osnažiti njegovu/njenu percepciiju i pomoći da shvati što se uopšte dogodilo.

Možda si zbunjen/a. Moguće da ni ne znaš kako se osjećaš. Možda si ljut/a. Možda si i malo ponosan/na, jer si se u početku osjećao/la hrabrim/om zbog igranja takve igre. Možda te strah da dijete koje se nije dobro odnosilo prema tebi, neće više htjeti da se druži sa tobom, ili da će ti prijetiti. Ili da će ostvariti prijetnju.

Možeš mi ispričati kako je za tebe izgledala ova situacija.

Pitajte otvoreno kako dijete vidi ovu situaciju. Ako razgovor započnete ovim pitanjem, prije nuđenja pomoći oko sređivanja situacije, moguće da ćete biti suočeni sa tišinom. Pomozite djetetu da procjeni kako biste reagirali da je progovorilo, te šta znate i mislite u vezi ovakvih situacija. Tek tada je od pomoći postavljanje pitanja djetetu, bez da se dijete osjeća satjerano u ćošak ili u strahu od prekora.

Razgovor sa djetetom koje je načinilo napad

Pokažite djetetu koje je načinilo napad jasne granice, ali isto tako i razumijevanje i suosjećanje. Ni pod kakvim okolnostima, dijete ne treba ostaviti sa porukom: “Djeci nije dopušteno igrati se takvih igara, to je sve zabranjeno”. Ovakvim pristupom blokirat ćemo dijete da razgovara sa nama. Više prikladna poruka koja je usklađena sa prevencijom nasilja, bi bila:

U redu je kada su djeca gola skupa, kada se gledaju i dodiruju, dokle god je to u redu za oboje djece. Kada jedno dijete to (više) ne želi,

igra se treba zaustaviti. Ne smijemo bilo koga povrijeđivati.

Dijete koje je načinilo napad treba podršku oko sređivanja situacije uz pomoć različitih formi napada. Također možete razgovarati o mogućim motivima za takvu vrstu ponašanja:

1 nemar i zanos

Moguće da ti je igra bila vrlo uzbudljiva i da si bio vrlo stretan/na, te stoga nisi primjetio/la da drugo dijete nešto nije željelo. Čak i kada je igra vrlo uzbudljiva, svi treba da brinu jedni o drugima.

2 Promjenljive situacije

Moguće da je situacija na početku bila zabavna za vas oboje. Možda je čak drugo dijete započelo. Ali onda se raspoloženje drugog djeteta promjenilo, okrenulo se na drugu stranu kao klackalica i ono nije željelo da nastavi sa igrom. Klackalica se uvijek može okrenuti na drugu stranu. Tada treba da staneš, čak iako bi radije nastavilo/la sa igrom.

3 Namjerni nasilni činovi

Moguće da si primjetio/la da se drugo dijete više ne želi igrati, ali si nastavio/la. Jer si se osjetio/la moćno i snažno. Nije u redu namjerno činiti da se neko osjeća čudno. Ne smijemo činiti da se drugo dijete osjeća manje, ili ga/ju povrijediti samo da bi se mi osjećali velikim. Možemo zajedno naći načine da se osjećaš velikim/om i snažnim/om, bez povrijeđivanja druge djece.

4 različiti činovi kao “post-traumatska igra” uzrokovana seksualnim nasiljem

Znam da postoje djeca koja bivaju čudno dodirivana od strane odraslih ili drugih mladih u predjelu zadnjice, penisa, klitorisa ili vagine. Ili im je možda neko pokazao zbunjujuće seksualne videe. I onda ponekad djeca koja iskuse ovako nešto, rade nešto slično drugoj djeci. Nekad to rade iznova i iznova i ne mogu da prestanu. Tada im je hitno potrebna pomoć. Dozvoljeno im je, čak šta više, trebalo bi da govore o onom što im se dogodilo sa nekim odraslim kome vjeruju. Čak iako su sami bili zločesti prema drugom djetetu.

Ne znam da li je situacija bila slična nekoj od ovih “mogućih” primjera koje sam upravo spomenuo/la. Šta ti misliš o toj situaciji?

Jasnoća i izuzeci

Kada se seksualno nasilje dogodi među djecom, na odraslima je da pruže jasnoću i mogućnost za ponovnu izgradnju povjerenja. U ovu svrhu, smisleno je kreirati nova pravila, npr. djeca ne bi trebalo da budu razodjenuta, gola, neko vrijeme. Ili možda udobni kutak treba zatvoriti na neko vrijeme. Ili možda dijete koje je načinilo napad ne treba više ostajati nasamo sa pogođenim djetetom. Kada postavljate ova nova pravila, pobrinite se da ona budu privremena npr. u trajanju od dvije sedmice i obavijestite djecu o tome. Objasnite im razloge za nova pravila:

Nedavno nije funkcioniralo to da svi dobro paze jedni na druge. Važno je da se svi osjećaju ugodno tokom zajedničke igre. Zbog toga smo postavili ova pravila za neko kraće vrijeme, sve dok ne budete opet mogli da dobro brinete jedni za druge.

Opšta prevencija

Neke opšte rečenice o prevenciji koje su pomogle mnogim obdaništima, školama i domovima.

Nikome nije dozvoljeno da povrjeđuje druge. I kada se igrate, nikome nije dozvoljeno da stavlja prste ili druge objekte u otvore na tijelu. To se odnosi i na usta, nos, uši, zadnjicu (analni otvor) ili vaginu, jer to može izazvati povrede. Važno je da svi dobro brinemo o sebi i jedni o drugima.

Odrasli mogu da promjene pelene, operu bebe i pomognu djeci da se okupaju, ali nikome nije dozvoljeno da se igra sa vaginom, penisom ili zadnjicom (anusom) djeteta. Ili da odrasli traže od djeteta da ih dodiruje ili "pere" u predjelu međunožja. To je zabranjeno.

Pristanak (saglasnost)

Čak je i među mlađom djecom moguće prakticirati pristanak i razgovarati o slobodnoj volji:

Kada se igrate igara koje uključuju dodirivanje, važno je da svako dijete koje je uključeno osjeća Da-osjećanja. Nije bitno da li se radi o golicanju, hrvanju, maženju, ljubljenju, puhanju ili dodirivanju seksualnih organa. Ne možeš uvijek znati da li drugo dijete želi da bude dodirnuto na određen način. Zato je uvijek važno prvo pitati.

Kada dijete nešto ne želi, moraš prestati. Neka djeca će to vrlo jasno iskazati: Ne, stani, ne želim ovo. Neka druga djeca to neće tako jasno izreći. Ponekad želiš reći ne, ali se tvoje tijelo zaledi i ne pomjera se. To isto znači stop.

Ponekad nije tako lako nečemu reći ne. Zato što u vezi toga možda nisi siguran/a. Ili zato što dodir ili igra istovremeno mogu biti uzbudljivi, preplavljujući i stresni. Ili je možda zato što je teško dobrom prijatelju/ici reći ne, jer ne želiš da te zamjene nekim drugim prijateljem/icom. Reći ne zahtjeva hrabrost i vježbu. Čak i kada dijete ne uspije reći Ne ili Stop, to nije njegova/njena krivica.

Kako daješ do znanja da ti određeni dodir ne prija? Kako pokazuješ kada ti se nešto sviđa?

Sistem semafora

Neki dodiri stvaraju prijatna osjećanja u našem tijelu i naš unutarnji semafor svijetli zeleno. Neki nam dodiri stvaraju neprijatne, loše osjećaje u našem tijelu, kao "Ne želim ovaj osjećaj": Crveno. Onda je jasno da nešto ne želimo. Neki dodiri čine da naš unutrašnji semafor svijetli žuto - oni su negdje između, nismo sigurni da li nam nešto prija ili ne. Žuto znači "Pazi, možda se uskoro upali crveno."

Koji dodiri, od strane kojih ljudi, su crveni, zeleni ili žuti za tebe?