

საუბრა
უსაფრთხოება
ბავშვების
და
მომავლისთვის

საუბრაბი უსაფრთხოებაჟა ბავშვებისა ღა მშობლებსთჟის

პუბლიკაცია მომზადებულია საქართველოს საზოგადოებრივი ჟანდაცვის ფონდის მიერ, პროექტის: „ბავშვობა ძალადობის გარეშე - ერთობლივი ძალისხმევა ბავშვზე ძალადობის პრევენციით, სათანადო რეაგირებითა და მხარდაჭერით“, ფარგლებში. პროექტი ხორციელდება ბავშვის საერთაშორისო კათოლიკურ ბიუროსთან თანამშრომლობით.

პროექტი დაფინანსებულია საფრანგეთის განვითარების სააგენტოს და საერთაშორისო დახმარების ფონდის მიერ.



როგორ ვასაუბროთ ბავშვებს

პირადი უსაფრთხოების და სიხსნადური ქაღალდის მასახაზი







საუბრის გზამკვლევი მშობლებისა და აღმზრდელებისთვის

გზამკვლევის მასახაზი

გზამკვლევი ეყრდნობა ათწლეულების კვლევის შედეგებს და მოიცავს პრაქტიკულ, ადვილად ასათვისებელ რჩევებს. იგი დაგეხმარებათ ესაუბროთ თქვენს შვილს პირად უსაფრთხოებაზე - სექსუალური ძალადობისგან დაცვის ერთ-ერთ ყველაზე მნიშვნელოვან გზაზე.

გამოიყენეთ ეს რჩევები ყოველდღიურ ცხოვრებაში, რათა თავს შემატოთ თავდაჯერებულობა, რომელიც საჭიროა უსაფრთხოების შესახებ სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანი საუბრების წარმართვისთვის.

ძირითადი დასკვნები

-  ბავშვზე სექსუალური ძალადობის პრევენციის მნიშვნელოვანი კომპონენტია: ბავშვებთან, ადრეული ასაკიდანვე, პირადი უსაფრთხოების შესახებ ღია და ხშირი საუბარი.
-  ბავშვზე სექსუალური ძალადობა საშინელი მოვლენაა, მაგრამ მისი თავიდან აცილებისთვის ძალადობაზე საუბარი არ არის აუცილებელი.
-  ბავშვებისთვის დაანესეთ პირადი უსაფრთხოების მარტივი წესები: ადვილად დასამახსოვრებელი და გასაგები.
-  მნიშვნელოვანია იცოდეთ ძალადობის ფაქტები და ნიშნები - და ასევე, რა უნდა გააკეთოთ და თქვათ, თუ ეს მოხდება.
-  დასვით ღია კითხვები; ივარჯიშეთ აქტიურ მოსმენაში და დაუფერეთ თქვენს შვილს.
-  ჩვენი რჩევები დაგეხმარებათ ბავშვთან პირადი უსაფრთხოების შესახებ საუბრების წარმართვაში.

შინაირი

-  გზამკვლევის შესახებ
-  დავსხდეთ კომფორტულად
-  დავიწყოთ საუბარი
-  რჩევები საუბრის წარმართვისთვის
-  სიტყვები, რომლებიც უნდა ვიცოდეთ
-  უსაფრთხოების მარტივი წესები
-  დახმარება გჭირდებათ?

შეჯამებით კომპორტული გარემო

ბავშვთან პირად უსაფრთხოებაზე საუბრისთვის შექმენით თბილი და მყუდრო გარემო. თბილი და მყუდრო გარემო თქვენ შვილს მისცემს კითხვების დასმისა და ეჭვების გაზიარების შესაძლებლობას.

- ★ ნებისმიერი დრო, რომელიც ხელს უწყობს სიმშვიდესა და განტვირთვას, შესაფერისია შვილთან სასაუბროდ.
- ★ თქვენს ყოველდღიურ განრიგში მოძებნეთ ბავშვთან განმარტოების შესაძლებლობა. მაგალითად, ერთად თამაში, ერთად კითხვა, ძილის დრო ან მანქანაში ერთად ყოფნა. განმარტოება მნიშვნელოვანია, რადგან თქვენს შვილს შეიძლება არ სურდეს სხვების თანდასწრებით, ან საჯარო ადგილას, ამ მგრძობიარე თემის შესახებ საუბარი.
- ★ მზად იყავით სათანადო რეაგირებისთვის, თუ თქვენი შვილი რაიმე შეუსაბამო ქცევის შესახებ გაამბობთ.

საუკეთესო პრაქტიკა

მოუსმინეთ აქტიურად და დააკვირდით ძალადობის ნიშნებს, როგორცაა ფიზიკური დისკომფორტი ან ქცევა. თუ თქვენი შვილი გაგიმხელთ ინფორმაციას ძალადობის შესახებ, შეინარჩუნეთ სიმშვიდე. შემდეგ კი ფრთხილად და არა უარყოფით ან გაბრაზებით, დაარწმუნეთ ის, რომ გჯერათ მისი და დაიცავთ მის უსაფრთხოებას. არ დააჩქაროთ, დაჟინებით არ მოსთხოვოთ დეტალები. რისი თქმაც შეგიძლიათ არის:

- ★ „ვიცი დიდი გამბედაობა დაგჭირდა, რომ მოგეყოლა ამის შესახებ. მე მჯერა შენი.“
- ★ „ყველაფერი კარგად იქნება. მე შემიძლია დაგეხმარო, დაგიცვა შენ, რადგან შენ გამიმხილე ეს ამბავი.“
- ★ "მიამბე მეტი. რა მოხდა შემდეგ?"

ჩივილი

მყუდრო ოთახი, რბილი ტახტი, თბილი რძე, ჭიქა ცხელი შოკოლადი ან სხვა სასუსნავი, დაგეხმარებათ მყუდრო ატმოსფეროს შექმნაში.

საუბრის დროს იყავით ლიდერი, ბავშვი გამოგყვებათ თქვენ.

პირადი უსაფრთხოების შესახებ საუბრებს მიუდევით ისევე, როგორც უდგებით უსაფრთხოების სხვა, ყოველდღიურ საკითხებს, როგორცაა ქუჩაში მოძრაობის წესი, ცეცხლთან და წყალთან ურთიერთობა და სხვა.

ისაუბრეთ მშვიდად და თავდაჯერებულად.

რას გვუბნებიან კვლევი

ბავშვები, რომლებიც ინფორმირებული არიან მათი სხეულის და პირადი უსაფრთხოების შესახებ, და რომლებსაც შეუძლიათ ღია და მეგობრული საუბარი მშობლებთან, ნაკლებად ხდებიან ძალადობის მსხვერპლები.

ბევრი მშობელი თავს არიდებს შვილებთან პირადი უსაფრთხოების და სექსუალური ძალადობის შესახებ საუბრებს, ვინაიდან არ არიან მზად და თავს არაკომფორტულად გრძობენ.

ბავშვზე სექსუალური ძალადობის შემთხვევათა დაახლოებით 90%-ში ბავშვები იცნობდნენ მოძალადეებს. ხშირად, ეს არის ვინმე, ვისაც ოჯახი იცნობს და ენდობა.

თუ თქვენი შვილი გეტყვით განცდილი ძალადობის შესახებ, დაუჯერე მას. ბავშვები იშვიათად ტყუიან განცდილი შეურაცხყოფის შესახებ.

ღიწყა საუბარი

თუ არ ხარტ დარწმუნებული, რა თქვამთ ან როდის ესაუბროთ თქვენს შვილს პირადი უსაფრთხოების შესახებ, გამოიყენეთ ქვემოთ მოყვანილი რჩევები.

თუ ამჩნევთ, რომ ბავშვი მზად არ არის ინფორმაციის მისაღებად, ეს ნორმალურია - მოგვიანებით სცადეთ. საუბარი გულახდილი უნდა იყოს და ყველაზე მნიშვნელოვანი ასპექტი უშუალო კომუნიკაციის დამყარებაა.

თუ ბავშვს საუბრის გაგრძელების სურვილი არ აქვს, არ დააძალოთ. გადადეთ საუბარი, მაგრამ ეცადეთ მალევე გააგრძელოთ იგი.

ბანაობის დრო

ბანაობის დროს თქვენ შეგიძლიათ თქვენს მცირეწლოვან ბავშვს ასწავლოთ მისი სხეულის ყველა ნაწილის სწორი სახელი. ასე რომ, თუ მას ზიანი მიაყენეს, მას შეუძლია ზუსტად აღწეროს რა მოხდა. ასევე, კვლევები აჩვენებენ, რომ კარგად ინფორმირებული ბავშვები იშვიათად არიან დამნაშავეთა სამიზნენი.

- ★ „შეგიძლია დაასახელოთ შენი სხეულის ყველა ნაწილი? თვალები, ყურები, იდაყვები, პენისი, მუხლები...“
- ★ „შეგიძლია მაჩვენო შენი სხეულის ნაწილები, რომლებიც დაფარულია საცურაო კოსტუმით? ისინი დაფარულია, რადგან ისინი ინტიმურია, პირადია“.

სახლიდან გასვლა

როდესაც თქვენი შვილი ემზადება სადმე წასასვლელად, იქნება ეს სკოლა, რაიმე ღონისძიება, თუ მეგობრის სახლი, შეახსენეთ მას პირადი უსაფრთხოების წესები.

- ★ „სანამ წახვალ, მოდი სწრაფად გავისხენოთ უსაფრთხოების რამდენიმე წესი.“
- ★ „ყოველი შემთხვევისთვის, თუ რამეში დაგჭირდა, მინდა დავრწმუნდე, რომ იცი უსაფრთხოების გეგმა და საგანგებო სიტუაციის შეთხვევაში ყველა ჩვენი საკონტაქტო ინფორმაცია გაქვს.“

ძილის დრო

ძილის წინ, როცა ბავშვს აწვევთ დასაძინებლად, შეგიძლიათ ერთად წაიკითხოთ ან დაუსვათ ღია კითხვები წიგნის იმ თემებზე ან სიტუაციებზე, რომლებიც უკავშირდება პირად უსაფრთხოებას, შემდეგ კი ტკბილი ძილი უსურვოთ.

- ★ „რომელი შეხება იყო არა უსაფრთხო? შენ რას გააკეთებდი ასეთ სიტუაციაში?“
- ★ „ზოგიერთი შეხება, როგორცაა დარტყმა, არასდროს არის კარგი. კარგი და ცუდი შეხება დამოკიდებულია იმაზე, თუ ვინ გეხება და როგორ“.
- ★ არც ერთი უფროსი ადამიანი არ უნდა შეგეხოს და შემდეგ გთხვოს, რომ ეს საიდუმლოდ შეინახო“.

გართობა და თამაში

გართობა და თამაში შეიძლება იყოს შესაფერისი დრო უსაფრთხო და საფრთხის შემცველი შეხების ძირითადი წესების გამეორებისა თუ სწავლების დასაწყებად. ასწავლეთ ბავშვს, რომ შეხებაზე უარის თქმა ყოველთვის შეუძლია, მაშინაც კი, თუ ეს სახალისოდ ეჩვენება.

- ★ "ყოველთვის ითხოვე ნებართვა, სანამ სხვას შეეხები".
- ★ „მოუსმინე, როცა ვინმე ამბობს „არა“ ან „გაჩერდი“.

განიხივარე

გაითვალისწინეთ, რომ მოზრდილ ბავშვებს ხშირად უადვილდებათ ლაპარაკი, როცა პირდაპირ არ უყურებენ მოსაუბრეს. შესაძლოა, საუბრის გასაგრძელებლად, საუკეთესო იყოს მანქანით გასეირნება, თამაში ან ერთად საჭმლის მომზადება. სცადეთ ერთად უყუროთ ახალ ამბებს ან ფილმს, გამოიყენეთ შინაარსი კონკრეტულ თემებზე საუბრის დასაწყებად, მაგალითად, რომანტიული გრძნობები:

- ★ „ურთიერთობა ზოგჯერ შეიძლება გართულდეს. მითხარი, საუბარი თუ მოგინდება, იმაზე როგორ მიღის საქმეები.“
- ★ "ყოველთვის შეიძლება "არა"-ს თქმა, მაშინაც კი, თუ უკვე "ღიას" გაქვს ნათქვამი.

ჩვენს საუბრის წარმართვისთვის ასაკის მიხედვით

პირადი უსაფრთხოების შესახებ რეგულარული საუბარი მნიშვნელოვანია თავდაჯერებული, საზრიანი ბავშვის აღზრდისთვის, რომელსაც შეუძლია უსაფრთხო არჩევანის გაკეთება.



საუბარი მოკლე და მარტივი უნდა იყოს. ყურადღება გაამახვილეთ პირადი უსაფრთხოების ძირითადი წესების სწავლებაზე. ასწავლეთ სხეულის ყველა ნაწილის სწორი სახელი, ასწავლეთ როგორ თქვან არა არასასურველ შეხებაზე.

☀ „უფროსი ადამიანი არასოდეს არ უნდა შეეხოს შენს ინტიმურ ნაწილებს“.

☀ „თუ რამე არ მოგწონს, ყოველთვის შეგიძლია თქვა „არა“ ან „გაჩერდი“.

☀ „არასოდეს შეინახო შეხების საიდუმლო“.



თქვენს შვილს რეგულარულად შეახსენეთ პირადი უსაფრთხოების წესები და ერთად ჩამოაყალიბეთ კონკრეტული წესები. საუბარი შეხების შესახებ ისეთივე ჩვეულებრივი უნდა იყოს, როგორც საგზაო უსაფრთხოების წესების შეხსენება. მაგალითად, „ქუჩის გადაკვეთამდე გაიხედე ორივე მხარეს“; გახსოვდეს, „არავინ არ უნდა შეეხოს შენი სხეულის ინტიმურ ნაწილებს, თუ ეს ჯანმრთელობას არ ეხება.“

☀ „უსაფრთხო შეხება, როგორც არის მშობლის ჩახუტება, გაგრძობინებს თავს, რომ დაცული ხარ და მას უყვარხარ, ხოლო არა უსაფრთხო შეხება დისკომფორტს შეგიქმნის და შეიძლება ზიანი მოგაყენოს.“

☀ „ყურადღება მიაქციე შენს სხეულში წარმოქმნილ განსხვავებულ გრძობებს, მაგალითად, პეპლები მუცელში, ოფლიანი ხელისგულები ან გახშირებული გულისცემა. ეს შეიძლება ნიშნავდეს იმას, რომ ყველაფერი რიგზე არ არის“.



ბავშვთან ერთად განიხილეთ ოჯახის უსაფრთხოების წესები და უფრო დანვრილებით ისაუბრეთ საიდუმლოს, სხვადასხვა სახის შეხების შესახებ და ასევე, როგორ ამოიცნოს ქცევა, რომელიც მას დისკომფორტს უქმნის.

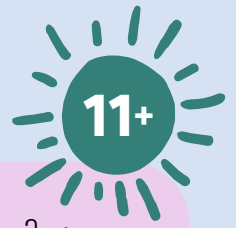
ამ ასაკში, ბავშვები მეტ დროს ატარებენ მშობლებისგან მოშორებით, თქვენი მეთვალყურეობის გარეშე, მეგობრის სახლში ან მონაწილეობენ სხვადასხვა ღონისძიებებში. ასევე, მეტ დროს ატარებენ ინტერნეტ სივრცეში.

ნი შვილი დროს, იქნება ეს მასწავლებელი, მწვრთნელი, თუ მეგობრის უფროსი ძმა ან და.

☀ „ძალადობრივი ქცევა ყოველთვის არ გულისხმობს შეხებას. ასევე დაუშვებელია ვინმემ გაჩვენოს ან გთხოვოს შიშველი სხეულის და სხეულის ინტიმური ნაწილების ჩვენება, პირადად ან ინტერნეტში.“

☀ „პირადად ან ონლაინ, არავინ არ უნდა გადაგიღოს ან გაჩვენოს სხვა ადამიანის სხეულის ინტიმური ნაწილის ფოტოები“.

ჩვენს სუბრის ნარკოტიკების ასაკის მიხედვით (გაბრძნობა)



უფროსის ასაკის ბავშვებზე უსაფრთხოების იგივე წესები ვრცელდება, თუმცა შესაძლებელია მათი უფრო ღია ფორმულირება. იმის ნაცვლად, რომ ცალმხრივად ესაუბროთ უსაფრთხო არჩევანზე, რომელსაც თქვენი შვილი ყურადღებას არ მიაქცევს, კონცენტრირდით ღია, გულწრფელ და უწყვეტი დიალოგის წარმართვაზე.

ბავშვსა და თქვენს შორის, დროთა განმავლობაში, გაღრმავდება ნდობა და მხარდაჭერი ურთიერთობები. მოახდინეთ საუბრების ადაპტირება, რათა ისინი უფრო ინფორმაციული და ასაკის შესაბამისი გახდეს.



„მე შევამჩნიე, რომ უცხო ბავშვებთან ერთად თამაშობ კალათბურთს, სიამოვნებით მოვისმენდი მათ შესახებ.“



„ურთიერთობები ხანდახან ძალიან რთულია. მითხარი, თუ ოდესმე ამაზე საუბარი მოგინდება.“



„ვხვდები, რომ შენი თანაკლასელის მიმართ გაქვს გრძნობები. შეიძლება უხერხულად მოგეჩვენოს, მაგრამ ჩვენ უნდა ვისაუბროთ უსაფრთხოებასა და თანხმობაზე.“



„მნიშვნელოვანია, ყურადღება მიაქციო და გაუფრთხილდე მეგობრებს. თუ რაიმე სახიფათოს ხედავ, თქვი ამის შესახებ.“

სიტყვები, რომლებიც უნდა იცოდეთ

სექსუალური ძალადობა: ბავშვის გამოყენება სექსუალური მოთხოვნილებების დასაკმაყოფილებლად რაც მოიცავს: სექსუალური მეტყველებით თუ შენიშვნებით დევნას, სექსუალურ გარყვანას, ეროტიულ ალერსს, ბავშვისთვის პორნოგრაფიული სურათების გადაღებას, სექსუალური შინაარსის ფილმების ყურების ან პორნოგრაფიული ჟურნალების დათვალიერების ხელშეწყობას, გაუპატიურებას ან გაუპატიურების მცდელობას, სასქესო ორგანოების დემონსტრირებას, ღია საუბრებს სექსზე ბავშვის შოკირების ან მისი ცნობისმოყვარეობის გაღვიძების მიზნით, სისხლის აღრევას (ინცესტი), სხეულით ვაჭრობის იძულებას და სხვა.

სექსუალური შევიწროება - სექსუალური ხასიათის ნებისმიერი არასასურველი სიტყვიერი, არასიტყვიერი ან ფიზიკური ქცევა, რომელიც მიზნად ისახავს ან იწვევს პირის ღირსების შელახვას ან მისთვის დამაშინებელი, მტრული, დამამცირებელი, ღირსების შემლახველი ან შეურაცხმყოფელი გარემოს შექმნას.

თანხმობა ნიშნავს ნებართვას, რაიმეს გაკეთებაზე დათანხმებას. თანხმობა ნიშნავს მკაფიო "დიახ"-ს. „არა“-ს არარსებობა არ ნიშნავს თანხმობას.

სექსტინგი: მობილური ტელეფონით ან სხვა ინტერნეტ საშუალებებით სექსუალური შინაარსის მესიჯების, შიშველი ფოტოების ან ვიდეომასალის გაგზავნა. სექსტინგი წარმოადგენს სექსუალური ძალადობის ერთ-ერთ ფორმას, ხშირ შემთხვევაში პორნოგრაფიის გავრცელების ტოლფასია და იკრძალება კანონით.

ტრეფიკინგი, იგივე რაც ადამიანით ვაჭრობა, არის მონობის თანამედროვე ფორმა და ნიშნავს ძალისმიერი, მოტყუებით ან იძულების სხვა საშუალებებით ადამიანის გადაბირებას, ტრანსპორტირებას, გადაყვანას, შეფარებას ან მიღებას ექსპლუატაციის მიზნით, რომელშიც მოიაზრება როგორც კომერციულ-სექსუალური, ასევე შრომითი ექსპლუატაცია. ტრეფიკინგის მსხვერპლები ხშირად ხდებიან ნებისმიერი ასაკის ბავშვები და ქალები. ტრეფიკინგი მკაცრად ისჯება კანონით.

უსაფრთხოების პარტიზი წესები

უსაფრთხოების წესების დეტალები, მათი გაცნობა და შესრულება, დამოკიდებულია ოჯახის ფასეულობებსა და ბავშვის განვითარების სტადიაზე.

ყურადღება მიაქციეთ, რომ უსაფრთხოების წესები იყოს მარტივი, ადვილად გასაგები და დასამახსოვრებელი.

ხშირად გაუმეორეთ, განსაკუთრებით მცირეწლოვან ბავშვებს.

✿ "არასოდეს შეინახო შეხების საიდუმლოება."

✿ „ყოველთვის ითხოვე მშობლის ნებართვა, ვიდრე სადმე წაყვები ვინმეს ან როდესაც ვინმეს უნდა, რომ მოგცეს რამე“.

✿ „ყოველთვის შეგიძლია თქვა „არა“ არასასურველ შეხებაზე“.

✿ "არასოდეს არ არის შენი ბრალი, თუ ვინმე შენზე სექსუალურად ძალადობს."

✿ „უთხარი სანდო ზრდასრულ ადამიანს, თუ ვინმე ოდესმე უხერხულად გაგრძნობინებს თავს. გააგრძელეთ ამაზე საუბარი მანამ, სანამ ვინმე არ დაგიჯერებს“.

✿ "არასოდეს არის გვიან ამის თქმა."

გმადლობთ, რომ კითხულობთ
საუბრის გზამკვლევს.
ხშირად ესაუბრეთ თქვენს შვილებს და
დაიცავით ძალადობისაგან.
წარმატებებს გისურვებთ!

ჩრჯა

შვილთან ერთად შექმენით ოჯახის უსაფრთხოების გეგმა და განსაზღვრეთ ვის და როგორ დაუკავშირდება საგანგებო სიტუაციებში.

უსაფრთხოების **3** მნიშვნელოვანი წესი

განასხვავე უსაფრთხო და საფრთხის შემცველი შეხება

თქვი „არა“
არასასურველ შეხებაზე.

მოუყევი შენთვის სანდო ადამიანს.

შეატყობინე ძალადობის შემთხვევის შესახებ:

111

ბავშვთა დახმარების ცხელი ხაზი

112

გადაუდებელი დახმარების ხაზი

116111

ბავშვთა დახმარების ხაზი

პუბლიკაცია მომზადებულია საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ფონდის მიერ, პროექტის: „ბავშვობა ძალადობის გარეშე - ერთობლივი ძალისხმევა ბავშვზე ძალადობის პრევენციით, სათანადო რეაგირებითა და მხარდაჭერით“, ფარგლებში.

პროექტი ხორციელდება ბავშვის საერთაშორისო კათოლიკურ ბიუროსთან თანამშრომლობით.

დაფინანსებულია საფრანგეთის განვითარების სააგენტოს მიერ

