



Kā preventīvi novērst kaitējošu seksuālu uzvedību bērnu vidū?

ĢIMENĒM



PRIEKŠDARBI

- Izzini un pastāsti citiem pieaugušajiem mājiniekiem par to, kas ir kaitējoša seksuāla uzvedība (KSU), kā tas notiek, kā novērst un ko darīt KSU gadījumā.
- Pārrunājiet, vai ģimenē kādreiz jau ir notikuši KSU gadījumi – kur, kā tas notika.
- Apdomājiet, kas mūsu mājās ir tie brīži vai vietas, kur kaut kas var notikt starp mūsu bērniem vai ar draugiem?
- Pārrunājiet, ar kādām bērnu bildēm un video dalāties ģimenes, radu lokā viedierīcēs, kā arī ko liekam internetā, sociālajos tīklos – nevajadzētu būt attēliem ar atkailinātām bērnu intīmajām ķermeņa daļām vai seksualizētās pozās.
- Esam atvērti sarunām un atbalstām bērnu jebkurā dzīves situācijā.

BĒRNU IZGLĪTOŠANA ATBILSTOŠI VECUMPOSMAM

- Ķermeņa daļu nosaukumi.
- Biksiņu likums jeb noteikumi par ķermeņa robežām – to, ko sedz apakšbikses, neviens cits neaiztiek (izņemot palīdzību mazuļiem no pieaugušā, kad tas nepieciešams).
- Atšķirība starp labajiem pieskārieniem (tādi, kuri ir patīkami, vēlami un ērti) un sliktajiem (nepatīkami, sāpīgi vai mulsinoši)
- Saki “nē” un “stop”, ja kāds tev liek darīt nepatīkamas vai mulsinošas lietas.
- Atšķirība starp labu noslēpumu (patīkamu pārsteigumu) un sliktu noslēpumu (radā kādam sliktu sajūtu). Sliktos noteikti jāizstāsta!
- Kuram pateikt, ja esi piedzīvojis ko nepatīkamu vai mulsinošu?
- Aiztikt savas intīmās ķermeņa daļas var, citiem neredzot.
- Lielākiem bērniem – pubertāte, reprodukcija, izsargāšanās. Kā var izpausties seksuāla izmantošana (klātienē, tiešsaistē)?


UZRAUDŽĪBA

- Bērnu savstarpējās rotaļas (spēlējoties savā istabā, vannasistabā un guļamistabā pirms iemigšanas).
- Pieskatām, lai bērni netraucē viens otram tualetes apmeklējuma laikā vai vannojoties.

PRIVĀTUMA ROBEŽU IEVĒROŠANA

- Neaiztiekam bērnu intīmās vietas (izņemums ir mazi bērni, kad palīdzam).
- Bērns nekļūst par liecinieku vecāku seksuālām attiecībām.
- Katram bērnam ir sava “privātā zona”, kur viņš var netraucēti pabūt viens.

SKAIDRI NOTEIKUMI

- Skaidri noteikumi par to, kur, kad un kādu saturu drīkst un kādu nedrīkst skatīties viedierīcēs.
 - Skaidri noteikumi par to, ka mēs ievērojam citu ķermeņa robežas – nedrīkstam aiztikt citu cilvēku intīmās vietas, kā arī fotografēt vai filmēt citus bērnus atkailinātā veidā.
- 

Dardedze



Ja Jums nepieciešams padoms par kaitējošas seksuālas uzvedības novēršanu, sazinieties ar mums: “Centrs Dardedze”, tālr. 67600685, info@centrsdardedze.lv.