



HLUSTIÐ OG STYÐJIÐ

– LEIÐBEININGAR FYRIR FORELDRA OG
FORSJÁRÁÐILA UM KYNFRÆÐSLU TIL BARNA

Þessum leiðbeiningum er sérstaklega beint til foreldra/forsjáraðila barna á aldrinum 5-11 ára. Í efninu má finna upplýsingar um kynfræðslu, tilgang fræðslunnar og kynntar eru leiðir um hvernig hægt er að styðja við börn með opnum og upplýstum umræðum. Farið er yfir hvað kynferðislegt ofbeldi gegn börnum felur í sér og hvernig hægt er að minnka líkur á að slíkt ofbeldi eigi sér stað með því að fræða börn um samskipti og mörk.

Hugtök

Kynferðislegt ofbeldi gegn börnum:

Þegar börn eru látin taka þátt í kynferðislegu athæfi eða í leik, með einstaklingi sem þau jafnvel líta upp til og bera virðingu fyrir. Þetta getur átt sér stað á milli fullorðins aðila og barns en einnig á milli tveggja ólögráða einstaklinga þar sem annar aðilinn hefur vald yfir hinum.

Kynferðislegt ofbeldi gegn börnum felur t.d. í sér að börn eru neydd, þvinguð, hvött eða sannfærð um að taka þátt í kynferðislegu athæfi. Einnig getur verið um athæfi að ræða sem ekki felur í sér snertingu, svo sem sýnþörf, klám í hvaða mynd sem er, gægjuþörf eða kynferðisleg samskipti, hvort sem um er að ræða bein samskipti, í síma, á internetinu eða með öðrum hætti.

Kynferðislegt ofbeldi gegn börnum getur einnig verið myndefni sem sýnir barn á kynferðislegan hátt og efni með áherslu á kynfæri/endaparmssvæði barnsins.

Gott að vita!

Meginmarkmið kynfræðslu er ekki að undirbúa börn fyrir kynlíf, heldur að miðla þekkingu til þeirra um tilfinningar, mörk og sjálfsmynd. Kynfræðsla styrkir sjálfsvirðingu barnsins og eykur þekkingu þess á sjálfu sér. Sterk og skýr sjálfsmynd er undirstaða velfarnaðar á fullorðinsárum. Þegar barn gerir sér grein fyrir tilfinningum sínum og metur sig að verðleikum, stuðlar það að jákvæðri og öruggri sjálfsmynd.

Tæling:

Einstaklingur sem nálgast barn á internetinu eða utan þess með það að markmiði að brjóta á barninu kynferðislega. Tæling getur tekið yfir langan tíma og hefst yfirleitt á því að mynda traust við barnið.

Tæling getur verið:

- Að eiga samskipti við barn á kynferðislegan máta
- Að tjá sig um ímynd eða líkama barnsins með kynferðislegum athugasemdum eða undirtóni
- Að biðja barn um nektarmynd af sér
- Að senda nektarmynd eða klámfengið efni til barns
- Að fá barn til að bregðast við á kynferðislegan máta fyrir framan myndavél
- Að fá barn til að samþykkja að hittast á internetinu eða utan þess

HVAÐ Á ÉG AÐ GERA EF BARNIÐ MITT HEFUR ORÐIÐ FYRIR KYNFERÐISLEGU OFBELDI?

Að komast að því að barnið þitt hafi orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi er áfall og getur valdið miklu uppnámi innan fjölskyldunnar. Í fyrstu gætir þú átt erfitt með að trúa eða skilja hvað hefur raunverulega gerst, þar sem í flestum tilfellum voru engar skýrar vísbendingar um að eitthvað slíkt ætti sér stað.

Margir foreldrar/forsjáraðilar segja að þeir hafi upplifað margvíslegar tilfinningar eftir að hafa fengið fyrstu upplýsingarnar. Það er eðlilegt að þú sem foreldri/forsjáraðili upplifir mismunandi tilfinningar á borð við vantrú, sorg, reiði eða ótta, sem þú og barnið þitt, sem og öll fjölskyldan þarf að takast á við. Barnið þitt getur líka sýnt breytta hegðun og átt í erfiðleikum með tilfinningar sínar og tilfinningasveiflur geta verið miklar. Barnið getur m.a. sýnt reiði, hlédrægni og/eða kvíða sem getur aukið óöryggi og vanmátt þinn sem foreldri/forsjáraðili.

Þú hefur mikilvægu hlutverki að gegna til að stuðla að bataferli barnsins þíns og styrkja hæfni þess til að aðlagast eða takast á við það áfall sem það hefur orðið fyrir. Barnið þarf að finna fyrir stuðningi og öryggi, að hlustað sé á það og því sé trúað og treyst. Mikilvægast er að halda ró sinni, en auk þess þarftu að hugsa vel um og hlúa að þér og leita eftir þeim stuðningi sem þú þarft á að halda.

AÐ TALA VIÐ BARNIÐ ÞITT UM KYNHEILBRIGÐI

Frá unga aldri gæti barnið þitt haft spurningar sem snúa að kynheilbrigði, svo sem kynvitund, kynhneigð, eigin líkama, mörk og markaleysi eða jafnvel um kynlíf. Börn nálgast nýja hluti af forvitni og málefni sem tengjast kynvitund eða kynhneigð eru sjaldan í augum barna vandræðaleg eða erfið. Þess vegna er mikilvægt að byrja snemma að tala um þessa hluti. Ef barnið þitt hefur góða grunnþekkingu varðandi málefnið er það betur í stakk búíð til að meta allar upplýsingar sem það fær.

Tilgangur kynfræðslu er að veita barni upplýsingar og stuðla að kynheilbrigði og velferð. Jafnframt að auka þekkingu barnsins á eigin líkama og kynþroska.

Kynfræðsla er fyrst og fremst á ábyrgð foreldra/forsjáraðila, en er jafnframt hluti af aðalnámskrá skóla. Það er auðveldara að tala um kynheilbrigði við börn ef það er eðlilegur hluti af uppeldi, samskiptum innan fjölskyldunnar og samræðum við barnið. Mikilvægt er að veita barninu upplýsingar sem hæfa aldri þess og þroska.

Í kynfræðslu er m.a. fjallað um eftirfarandi:



Þú getur talað um öll þessi atriði við barnið þitt

Gott að vita

- Það gæti verst erfitt að veita barninu kynfræðslu en að forðast samtalið mun ekki koma í veg fyrir að barnið þitt fái þessar upplýsingar.
- Æfðu þig fyrir fram: Hvað viltu að barnið þitt viti og hvernig orðar þú það?
- Barnið þitt gæti spurt um eitthvað sem er óþægilegt fyrir þig eða þú ert ekki viss um hvernig á að svara. Í því tilviki segðu barninu sannleikann, að þú veist ekki svarið en þú ætlir að finna út úr því og svara því þá.
- Ef barnið þitt virðist ekki hafa neinn áhuga eða fer hjá sér, reyndu þá að ræða málin síðar eða finndu aðra leið til að hefja samtalið. Notaðu tækifærið ef þið eruð t.d. að horfa á kvikmynd og aðstæður koma upp sem hægt er að nota. Láttu barnið þitt vita að jafnvel þótt það vilji ekki ræða þetta núna, þá ertu alltaf til staðar fyrir það þegar það er tilbúið.



Mikilvægt er fyrir þig sem foreldri/forsjáraðili að hugsa fyrst um eigin sýn á kynheilbrigði, þ.m.t. kynvitund, kynhneigð og kynlíf. Þegar þú ert með það á hreinu, verður auðveldara að hefja samtalið við barnið þitt.

- Hvaða hugmyndir og tilfinningar hefur þú varðandi kynheilbrigði?
- Eru einhver atriði sem þér þykir erfitt að tala um? Ef svo er, aflaðu þér nánari upplýsingar um þau atriði.
- Hvers konar kynfræðslu myndir þú vilja að barnið þitt fengi?

HVERNIG GETUR ÞÚ VERNDAD BARNIÐ ÞITT GEGN KYNFERÐISOFBELDI?

RÉTTURINN
TIL GÓÐRAR
HEILSU

Börn geta orðið fyrir kynferðisofbeldi við mismunandi aðstæður. Á internetinu getur þetta verið í formi kynferðislegra skilaboða eða beiðni um nektarmynd. Sem foreldri/forsjáraðili er mikilvægt að hafa þekkingu á málaflokknum svo þú getir frætt barnið og varað það við og þannig tryggt öryggi þess og jafnframt stutt það ef það verður fyrir hvers kyns ofbeldi.

Að verða þolandi kynferðisofbeldis eða tælingar getur haft áhrif á barnið á margan hátt. Barn skilur kannski ekki að það að fá nektarmynd eða klámefni frá einstaklingi er kynferðislegt ofbeldi. Slíkt getur virst „eðlilegt“ þar sem barnið eða vinir þess hafa svo oft lent í slíku. Í sumum tilfellum getur barn fundið fyrir því að þessi reynsla hafi ekki haft neinar sérstakar afleiðingar. Hins vegar geta önnur börn fundið fyrir kvíða, þunglyndi, sjálfsásökun, skömm, hræðslu eða að þeim finnist þetta vera þeim sjálfum að kenna. Enn önnur börn geta fundið fyrir líkamlegum einkennum eins og höfuðverk, magaverk eða eiga erfitt með svefn.

Flest börn segja vinum sínum frá því sem hefur gerst, frekar en foreldrum/forsjáraðilum sínum. Þess vegna er mjög mikilvægt fyrir þig sem foreldri/forsjáraðili að vera meðvitaður um allar breytingar á hegðun barnsins þíns og vera til staðar fyrir það þegar það þarf á þér að halda. Allar tilfinningar sem barnið þitt sýnir eiga rétt á sér og það er mikilvægt að minna barnið á að það er aldrei því að kenna ef það hefur orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi eða kynferðislegu athæfi þótt það hafi tekið þátt í því. Slíkt er alltaf á ábyrgð fullorðinna og er alltaf ofbeldi.



Gott að vita

Hægt er að huga að fyrirbyggjandi þáttum sem geta dregið úr líkum á því að barn verði fyrir kynferðislegu ofbeldi. Einn þeirra er að vera alltaf til staðar fyrir barnið.

Gott er að stefna að því að eiga gott, einlægt og traust samband við barnið þitt, þannig að barninu líði vel með að tala við þig um hvaðeina sem því dettur í hug. Barn með sterka sjálfsmýnd á auðveldara með að setja mörk og koma í veg fyrir að aðrir fari yfir þau. Ef barn er upplýst um hugsanlegar hættur getur verið auðveldara fyrir það að taka eftir vísbendingum sem varða skaðlegar aðstæður eða samtöl.



Þegar talað er við barn um kynferðislegt ofbeldi er mikilvægt að eiga heiðarleg samskipti við barnið, en tala á þann hátt að barnið skilji. Þú getur notað eitt af eftirfarandi tillögum til að hefja samtalið:

- Veistu að enginn má snerta líkama þinn án þíns leyfis?
- Þú mátt alltaf segja nei við því sem þú vilt ekki - þú stjórnar þínum líkama.
- Þú skalt alltaf segja mér eða einhverjum öðrum fullorðnum sem þú treystir frá því ef eitthvað kemur fyrir sem þér finnst óþægilegt eða þú skilur ekki.
- Ekki hafa áhyggjur af mínum viðbrögðum. Við finnum út úr þessu saman.

KYNÞROSKI BARNIS

Kynþroski barns á sér stað í áföngum og er eðlilegur og fyrirsjáanlegur þáttur í vexti og þroska. Ákveðin hegðun og tjáning tengd kynþroska hjá barni gæti komið þér á óvart, valdið þér áhyggjum eða komið þér í uppnám. Þess vegna er gott að hafa þekkingu á kynþroska barns, hvað fylgir honum og hvernig það getur birst í hegðun þess.

Taflan hér að neðan lýsir kynþroska barna og hvernig kynþroskinn birtist í hegðun þeirra. Atriðin sem sett eru fram hér að neðan lýsa kynþroska barna samkvæmt almennum viðmiðunum. Hins vegar er mikilvægt að muna að hvert barn vex og þroskast á sínum hraða.

Gott að vita

Börn þurfa opið og fordómalaust umhverfi til að kanna og læra um kynlíf, kynvitund og kynhneigð. Slíkt er órjúfanlegur hluti af þroska barns og þú, sem foreldri/forsjáraðili getur hjálpað barninu þínu að vera ánægt með líkama sinn, kynvitund og kynhneigð á heilbrigðan hátt. Fylgstu með kynþroska barnsins þíns, hvettu það til að tjá þarfir sínar og vera forvitið. Vertu fyrirmynd í því að koma með nákvæmar upplýsingar sem henta aldri barnsins. Mikilvægt er að átta sig á að kynþroski nær yfir langan tíma, jafnvel mörg ár. Það er mismunandi hvenær börn komast á kynþroskaaldur. Það getur verið allt frá 8-18 ára hjá stúlkum, en 9-15 ára hjá drengjum. Jafnaldrar geta því verið á mjög mismunandi stigi. Miðað er við að barn sé orðið kynþroska þegar sáðlát verður hjá drengjum og blæðingar hefjast hjá stúlkum. Þó er kynþroskaaldri ekki þar með lokið og töluverðar breytingar eiga eftir að eiga sér stað á líkama barna og þroska.

RÉTTURINN
TIL HEILBRIGÐS
ÞROSKA

Mundu að:

- Skapa umhverfi þar sem barnið finnur fyrir öryggi og líður vel með kynvitund sína.
- Styðja og skapa umhverfi þar sem barnið getur tjáð kynvitund sína eða kynhneigð án þess að vera dæmt, refsað fyrir eða að því sér gert grín.
- Tala opinskið við barnið um allar hliðar kynlífs á þann hátt sem það skilur.
- Vera til staðar til að svara spurningum barnsins og veita því nákvæmar upplýsingar.
- Virða friðhelgi, einkalíf og mörk barnsins þíns.
- Styðja við barnið þitt við að hafa stjórn á eigin líkama og vali.
- Byggja upp traust og gagnkvæma virðingu og veita leiðsögn.

Kynþroskaskið og hegðun barna

0-2 ára

Börn eru forvitið um líkama sinn og þau þróa með sér grunnskilning á honum með snertingu og könnun og eru ófeimin við að vera nakin. Þau kanna kynfæri sín á sama hátt og aðra hluta líkamans og getur þeim fundist það gott. Kynferðisleg hegðun eins og hún er skilgreind á sér ekki stað á þessum aldri. Börn eru byrjuð að greina mun á milli kynja og mun á börnum og fullorðnum.

2-5 ára

Börn eru forvitið um líkama sinn og þau þróa með sér grunnskilning á honum með snertingu og könnun. Börn byrja að þróa með sér tilfinningu fyrir eigin kynvitund og verða meðvitaðri um líkamlegan mun barna á milli. Þau byrja að þróa með sér tilfinningu fyrir friðhelgi einkalífsins.

6-8 ára

Börn hafa grunnþekkingu á kynferðislegri hegðun, hlutverkum og kynþroska. Sum börn hefja fyrir kynþroskaferli. Forvitni um líkamann getur aukist og þau byrja að spyrja spurninga um það hvernig börnin verða til. Vitneskja þeirra um eigin líkama og kynfæri eykst. Börn geta byrjað að nota blótsyrði eða neikvæð orð um kynfæri og beita þeim í því skyni að stríða. Þau átta sig betur á því að þau eru ólík á ýmsan máta, til dæmis varðandi útlit, hegðun, hlutverk og tilfinningar.

9-12 ára

Kynþroski markar tímamót í þroska barnsins. Hormónabreytingar leiða til líkamlegra breytinga eins og brjóstastækkunar hjá stúlkum og stækkun á eistum hjá drengjum. Á kynþroskaskiði geta börn upplifað kynferðis- legar tilfinningar og aðráttarafi í garð annarra, auk þess sem þau hafa aukinn áhuga á kynlífi og samböndum.

Börn geta einnig farið að leita að upplýsingum hjá jafnöldrum sínum eða á internetinu. Mörg börn verða virkari á internetinu og byrja jafnvel að senda kynferðisleg skilaboð eða nektarmyndir til jafnaldranna sinna. Það verður jafnvel vegna þrýstings frá jafnöldrum og þörf fyrir að fá að tilheyra hópnum.

AÐ HJÁLPA BARNINU ÞÍNU AÐ VERA ÖRUGGT Á INTERNETINU

RÉTTURINN
TIL AÐ VERA
ÖRUGGT

Almennt séð er gott að líta á internetið og samfélagsmiðla sem góðan og öruggan stað fyrir börn. Börn nýta internetið í skólastarfi, áhugamálum, leikjum og til að eiga samskipti við aðra. Þegar best lætur styður stafræna umhverfið við þroska barnsins, eykur þekkingu þess, færni og vellíðan. Hins vegar er mikilvægt að gera sér grein fyrir því að ýmsar hættur eru á internetinu. Ekki er allt efni ætlað börnum og þau geta orðið fyrir neteinelti, hatursfullri orðræðu, ofbeldi, tælingu eða þeim birst óviðeigandi kynferðislegt efni.

Barn sem sendir nektarmyndir af sér

Það er hluti af daglegu lífi barna að taka myndir og myndbönd af sjálfum sér og senda til vina eða birta á sínum eigin samfélagsmiðli. Mikilvægt er að foreldrar virði aldurstakmörk á samfélagsmiðlum. Að deila myndefni er leið til að skemmta sér og eiga samskipti við jafnaltra. Hins vegar geta börn verið beðin um að taka af sér myndir eða gera myndbönd af sér fáklæddum eða nöktum. Það geta verið jafnaldrar sem biðja barn um það, fullorðnir sem barnið þekkir eða ókunnugir. Þegar kemur að ungum börnum (5-11 ára) eiga þau ekki að vera á samfélagsmiðlum.

Ef fullorðinn einstaklingur biður barn um að senda nektarmynd af sér, er það refsisvert. Ef barnið sendir nektarmynd af sér til fullorðins einstaklings, er það alltaf á ábyrgð hins fullorðna.

Það þarf að leiðbeina börnum varðandi það að deila aldrei myndum af sér til ókunnugra, hvort sem um er að ræða nektarmyndir eða aðrar myndir. Einnig að

senda aldrei nektarmyndir á jafnaltra eða kunningja. Þegar mynd hefur verið send eða birt, getur henni verið dreift á internetinu án þess að nokkur hafi stjórn á því. Það er eðlilegur hluti af kynþroska barnsins að vera upptekið af eigin líkama og annarra. Barni gæti fundist í lagi að senda af sér nektarmynd ef einhver biður um það – það getur bæði verið ógnvekjandi en jafnframt spennandi. Ung börn hafa ekki skilning, þekkingu, færni og getu til að meta slíkar beiðnir.



Gott að vita

Börn þurfa upplýsingar, stuðning og vernd en líka skýr mörk til að vera örugg á internetinu. Upplýsingar hjálpa til við að vernda börn gegn hættu. Það er verkefni foreldris/forsjáraðila að leiðbeina börnum um að fara varlega þegar þau eru að vafra um á internetinu. Ef barninu þínu finnst það öruggt og samband ykkar er gott og traust, er líklegra að það segi þér frá reynslu sinni á internetinu sem veldur því áhyggjum, hræðir eða skaðar það. Mundu að vera ávallt til staðar fyrir barnið þitt.

Hvernig getur þú sem foreldri/forsjáraðili stutt og verndað barnið þitt til að vera öruggt á internetinu?

- Vertu til staðar og sýndu áhuga á netnotkun barnsins þíns. Stuðlaðu að opnu og öruggu umhverfi þar sem barninu finnst þægilegt að ræða notkun sína á internetinu og samfélagsmiðlum. Hvettu það til að deila með þér öllu sem gæti hafa valdið því óöryggi eða verið óþægilegt.
- Byrjaðu samtalið um öryggi á internetinu og að deila myndum og myndböndum með öðrum um leið og barnið þitt byrjar að vafra um á internetinu og að nota samfélagsmiðla. Stundum eru foreldrar óvissir um hvenær á að byrja – við hvaða aldur á að miða, en það er aldrei of snemmt ef barnið er byrjað að nota stafræna miðla.
- Talaðu opinskátt og á viðeigandi hátt við barnið, miðað við aldur og þroska, um þær hættur sem eru til staðar á internetinu. Segðu barninu að það ætti ekki að deila myndum af sér á internetinu.
- Settu mörk. Settu skýrar leiðbeiningar um skjátíma og viðeigandi efni. Mikilvægt er að virða aldurstakmörk í tölvuleikjum, samfélagsmiðlum og vefsíðum. Stuðlaðu að heilbrigðu jafnvægi milli þess sem er verið að leika með á internetinu og annars konar afþreyingu.

AÐ VERNDA BARNIÐ ÞITT Á INTERNETINU

Við lifum á stafrænni öld og börnin okkar eru oft kölluð „stafræna kynslóðin“. Hvaða áhrif hefur þetta á friðhelgi einkalífs og þroska barna?

Friðhelgi einkalífsins er mikilvægt fyrir félagsþroska barna. Persónuvernd á internetinu er nýlegt félagslegt fyrirbæri sem jafnvel fullorðnir eiga erfitt með að skilja. Börn eru talin sérstaklega berskjölduð fyrir ógn á persónufrelsi þeirra, sérstaklega vegna skorts á stafrænni færni og meðvitund um hættur. Hættur á internetinu, svo sem kynferðisofbeldi, geta skaðað þroska barna í æsku, á unglingsárum og fram á fullorðinsár. Það er því mikilvægt að viðurkenna og virða rétt barna til að vera virk á internetinu, en um leið að standa vörð um friðhelgi einkalífs þeirra.



Gakktu á undan með góðu fordæmi. Hugleiddu það sem þú birtir á internetinu um barnið þitt.

Þú, sem foreldri/forsjáraðili, ættir að íhuga þína eigin hegðun á internetinu, sérstaklega það sem gæti haft áhrif á barnið þitt. Þú ættir til dæmis að íhuga vandlega að deila myndefni af börnum á netsvæði þar sem annað fullorðið fólk er. Börn geta fundið fyrir þrýstingi til að þurfa alltaf að standa sig vel, líta vel út og fá staðfestingu með „like-um“ frá vinum foreldranna á samfélagsmiðlum. Þetta getur

haft neikvæð áhrif á sjálfsmynd þeirra síðar á ævinni. Foreldrar/forsjáraðilar þurfa að vera meðvituð um hvað þau birta á samfélagsmiðlum með velferð barna sinna í fyrirrúmi, fram yfir sína eigin. Ekki er ráðlagt að deila myndum af börnum þínum á internetinu – sérstaklega án samþykkis. Hegðun okkar á internetinu skilur eftir sig stafræn fótspor.

Gott að vita

• Fræddu barnið þitt um netnotkun og friðhelgi einkalífsins

Börn þurfa að vera meðvituð um hvaða áhrif notkun þeirra á internetinu getur haft á bæði þau og aðra. Jafnvel eldri börn eiga í erfiðleikum með að skilja margbreytileika internetsins og þá margvíslegu hættu sem þar er að finna. Það er því afar mikilvægt að segja barni þínu að:

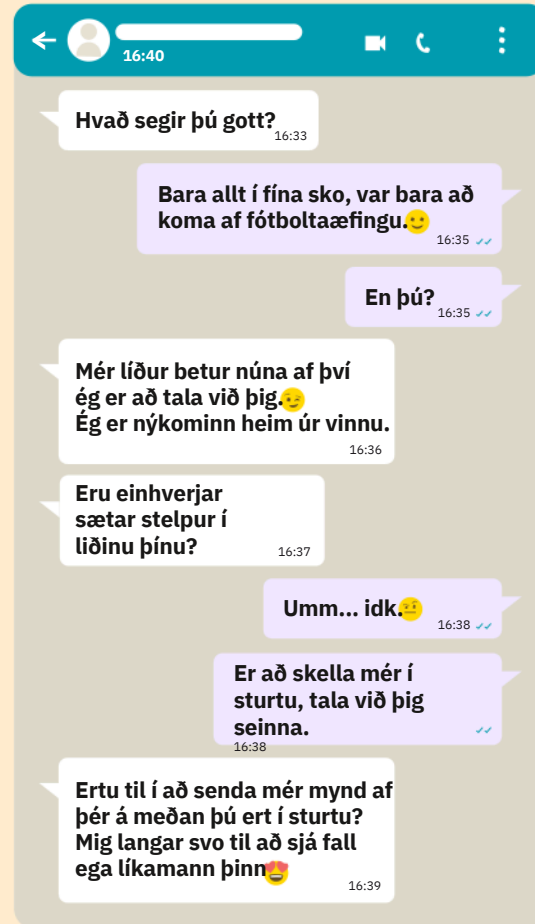
- Þegar barn birtir efni á internetinu, hefur það ekki lengur stjórn á því. Það er hægt að deila því, vista eða prenta út. Þótt myndefni hafi verið fjarlægð þýðir það ekki endilega að það sé horfið. Þess vegna ætti barnið að íhuga vandlega áður en það birtir efni af sjálfu sér á internetinu og biðja alltaf um leyfi áður en það birtir efni annarra á internetinu.
- Barn ætti ekki að gefa ókunnugum persónulegar upplýsingar, (eins og t.d. símanúmer, heimilisfang, heiti skóla eða aðrar upplýsingar). Gerðu því grein fyrir því að sumir fela sig á bakvið falsaðan aðgang.
- Barn ætti að nota sterk lykilorð og ekki deila þeim með öðrum.
- Efni á internetinu getur verið óviðeigandi og óáreiðanlegt. Hvettu barnið þitt til að vera gagnrýnið á það sem það sér á internetinu.

• Hafðu umsjón með því sem barnið getur nálgast og stuðlaðu að opnum samskiptum.

Persónuvernd, foreldraeftirlit og stillingar á smáforritum (öppum), tækjum og samfélagsmiðlum er gagnleg leið til að lágmarka hættu internetinu. En mundu, að þetta er aðeins hluti af þeim öryggisþáttum sem eru til staðar. Gakktu úr skugga um að þú haldir áfram að eiga regluleg samtöl við barnið þitt og sýndu áhuga á því sem það er að gera á internetinu. Skapaðu traust við barnið svo það deili með þér öllu sem því finnst óþægilegt í umhverfi sínu eða finnur fyrir óöryggi yfir.



ÓKUNNUGUR FULLORÐINN ADILI BIÐUR UM NEKTARMYND AF BARNI



Það eru nokkrar ótvíræðar vísbendingar í samtölum sem þú getur kennt barninu þínu að passa upp á:

- Ef einhver biður þig um að halda samtalinu ykkar leyndu fyrir öðrum eða er stöðugt að senda þér skilaboð.
- Ef einhver biður þig um persónulegar upplýsingar.
- Ef einhver biður þig um að senda sér nektarmyndir eða sendir þér slíkar myndir af sér.
- Ef einhver sendir kynferðisleg skilaboð eða spyr þig um þína kynlífsreynslu.

Mikilvægt er fyrir barnið að hætta að svara viðkomandi, loka fyrir viðkomandi á öllum samfélagsmiðlum og í síma og segja fullorðnum sem það treystir frá. Gott er að taka skjáskot af samtalinu, þar sem það getur verið sönnunargagn. Mikilvægt er að tilkynna slík samskipti til lögreglu.

TVÖ BÖRN TAKA MYND AF KYNFÆRUM HVOR ANNARS OG SENDA HVORT ÖÐRU



Þegar þú ræðir við barnið þitt um það sem gerðist, skaltu athuga eftirfarandi:

- Talaðu opinskátt við barnið um það sem gerðist. Það er mikilvægt að það skammist sín ekki eða hafi skömm á því að hafa áhuga á eigin líkama og annarra.
- Útskýrðu fyrir barninu þínu hvaða afleiðingar það getur haft að senda nektarmyndir af sér eða birta þær á internetinu eða samfélagsmiðlum. Þegar mynd hefur verið birt, hefur barnið ekki lengur stjórn á henni.
- Vertu sammála því að þetta „geti verið spennandi“ en minntu á að þetta sé hættulegur leikur.

ÞÚ TEKUR EFTIR ÞVÍ AÐ BARNIÐ ÞITT ER AÐ HORFA Á KLÁM Í TÖLVUNNI SJINNI OG ÞEGAR ÞÚ KEMUR NÆR BREYTIÐ ÞAÐ UM SÍÐU

- Haltu ró þinni. Ef þú þarft að hugleiða hvernig þú ætlar að bregðast við, gefðu þér tíma.
- Finndu stað og þá stund sem hentar til að ræða við barnið.
- Það fer eftir aldri barnsins hvernig best er að ræða við það um klámáhorf. Það er mikilvægt að viðurkenna áhuga ungmenna á kynlífi og að það geti verið spennandi að horfa á kynferðislegt efni. Klám er þó ekki búið til fyrir börn og unglínga og getur valdið þeim skaða.
- Klám og kynlíf er ekki það sama og klám gefur afar skakka hugmynd um kynlíf. Þar eru lítil sem engin samskipti, engin mörk eða samþykki, engar getnaðar- eða kynsjúkdómavarnir, engin nánd, engir kossar, ýkt útlit, ýktar aðstæður og ýkt kynferðisleg ánægja. Þar er mikið valdaójafnvægi og ofbeldi.
- Börn eiga betra skilið en að fá upplýsingar um kynlíf í gegnum klám.

MUNDU AÐ VERA TIL STAÐAR FYRIR BARNIÐ ÞITT



CSAPE-verkefnið miðar að því að koma í veg fyrir kynferðislegt ofbeldi gegn börnum með því að efla kynfræðslu og stuðning við ungt fólk sem hefur kynferðislegan áhuga á börnum. **CSAPE**-verkefnið er unnið í samvinnu milli **Save the Children Finnlandi**, **Save the Children í Albaníu**, **Save the Children á Norðvestur Balkanskaga**, **KMOP – Social Action and Innovation Centre á Grikklandi** og **Barnaheilla – Save the Children á Íslandi**.

LAYOUT / ILLUSTRATIONS: KAISA ESKOLA 2023



Styrkt af Evrópusambandinu. Skoðanir og viðhorf sem koma fram eru hins vegar eingöngu skoðanir höfunda og endurspeglar ekki endilega þær skoðanir sem Evrópusambandið eða framkvæmdastjórn Evrópusambandsins hafa. Hvorki Evrópusambandið né yfirvöld geta borið ábyrgð á þeim.

