

Savjeti za djevojčice i dječake

Tvoje tijelo pripada tebi

Ti i tvoje tijelo ste nam dragocjeni i zato samo ti imaš pravo da odlučuješ ko smije da ti se približi, i samo ti prema svojim željama određuješ ko, gdje, kako i kada može da te dira.

Dodiri mogu biti ugodni i neugodni

Postoje dodiri koji se čovjeku dopadaju i koji ga stvarno čine sretnim. Ali isto tako ima onih koji su čudni, koji pričinjavaju strah ili bol. Odrasle osobe (rodbina, poznanici, nepoznati ljudi), starija braća i sestre, kolegice i kolege iz škole - čak ni neko ko ti je posebno drag - nemaju pravo da zavrtače ruke pod tvoju odjeću i da te pipaju po grudima, guzi, penisu ili vagini. Neki ljudi bi htjeli da ti njih dodiruješ, iako ti to ne želiš. Niko nema pravo da te na to nagovara ili prisiljava.

Ti imaš pravo da kažeš NE

Djevojčice i dječaci smiju čak i odraslima da kažu NE. Razmislite u kojim situacijama bi za vas moglo biti loše, ako biste pristali na ono što drugi od vas traže.

Tvoji osjećaji su važni

Možeš se pouzdati u svoje osjećaje. Postoje osjećaji koji su prijatni i uz koje se dobro osjećaš. Ali isto tako postoje i neugodni, čudni ili glupi osjećaji. Oni ti govore ako nešto nije u redu. Dobro je ako s nekim pričaš o svojim osjećajima, čak i ako se radi o teškim osjećanjima.

Tajne mogu biti dobre i loše

Ima tajni koje su dobre, koje pričinjavaju radost i koje drže u napetosti. Loše tajne pritišću čovjeka i on se neugodno osjeća. Takve tajne, zbog kojih se neugodno osjećaš, smiješ odati nekome drugom, čak i ako si obećao/obećala da to nećeš učiniti. To nije nikakvo tužakanje.

Nije tvoja krivica

Ponekad je teško da se čovjek sam odbrani. Ako odrasli prekorače tvoju granicu - a ti nisi u stanju da kažeš NE - onda to nije tvoja krivica. U svakom slučaju, za sve što se desi, odgovorni su odrasli. Čak i ako si za to dobio/dobila neki poklon ili ako dugo vremena nikome ništa nisi mogao/mogla ispričati, šta se desilo, tu nema tvoje krivice.

Razgovaraj o tome i potraži pomoć!

Ukoliko te nešto pritišće ili ako imaš neugodna iskustva, ako te neko zastrašuje ili ako ti neko povjeri svoju tajnu, zbog čega si tužan/tužna: potraži osobu u koju imaš povjerenja i porazgovaraj s njom o tome. Nemoj prestajati da pričaš sve dok ne dobiješ potrebnu pomoć. Razmisli s kojim ljudima možeš pričati o teškim temama. Postoje savjetovališta za djecu i omladinu, gdje žene i muškarci pomažu djevojčicama i dječacima koji su u nevolji. Telefonske brojeve takvih savjetovališta znaju možda vaši prijatelji i prijateljice, mnogi nastavnici i nastavnice kao i druge odrasle osobe.