



# ΟΔΗΓΟΣ

ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΚΗΔΕΜΟΝΕΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΤΗ  
ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ



Save the Children



Το υλικό αυτό απευθύνεται ειδικά σε εσάς, ως γονείς/κηδεμόνες ενός παιδιού ηλικίας 5-11 ετών. Διαβάζοντάς το, θα μάθετε για τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, θα κατανοήσετε το σκοπό της και θα ανακαλύψετε τρόπους για να υποστηρίξετε το παιδί σας μέσα από ανοιχτές και ενημερωτικές συζητήσεις. Θα μάθετε επίσης τι είναι η σεξουαλική κακοποίηση παιδιών στο διαδίκτυο και πώς μπορεί να προληφθεί μέσω π.χ. της εκπαίδευσης του παιδιού σας σχετικά με την ασφάλεια και τα όρια.

## Ορολογία

### Παιδική σεξουαλική κακοποίηση:

Οποιαδήποτε σεξουαλική πράξη όπου εμπλέκεται ένα παιδί και έχει ως στόχο να παράσχει σεξουαλική ικανοποίηση σε γονέα, κηδεμόνα ή άλλο άτομο (ενήλικας ή μεγαλύτερος έφηβος). Η σεξουαλική κακοποίηση του παιδιού περιλαμβάνει π.χ. τη συμμετοχή σε σεξουαλικές δραστηριότητες με ένα παιδί, την πρόκληση ενός παιδιού να γίνει μάρτυρας σεξουαλικών δραστηριοτήτων ή σεξουαλικής κακοποίησης και τον εξαναγκασμό ενός παιδιού σε σεξουαλικές δραστηριότητες με τρίτους.

### Υλικό παιδικής σεξουαλικής κακοποίησης:

Οποιοδήποτε φωτογραφικό/βιντεοσκοπημένο υλικό που απεικονίζει ένα παιδί να επιδίδεται σε σεξουαλική συμπεριφορά (με ή χωρίς ενήλικα) και υλικό που εστιάζει στην περιοχή των γεννητικών/πρωκτικών οργάνων του παιδιού.

## Χρήσιμο να γνωρίζετε!

Ο κύριος στόχος της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης δεν είναι να προετοιμαστεί ένα παιδί για το σεξ, αλλά κυρίως να αποκτήσει γνώσεις σχετικά με τα συναισθήματα του, τα όρια, τα σεξουαλικά δικαιώματα και την ταυτότητα του μεταξύ άλλων. Η σεξουαλική αγωγή ενισχύει την αίσθηση αυτοεκτίμησης του παιδιού και αυξάνει τις γνώσεις του για τον εαυτό του. Η υψηλή αυτοεκτίμηση και η κατοχή της δικής του ταυτότητας αποτελούν τη βάση μίας θετικής ενηλικίωσης. Όταν ένα παιδί γνωρίζει τον εαυτό του και τον θεωρεί πολύτιμο, μπορεί να αναπτυχθεί με ασφάλεια.

### Grooming (Αποπλάνηση ανηλίκου):

Ένας ενήλικας προσεγγίζει ένα παιδί διαδικτυακά ή εκτός σύνδεσης, με σκοπό να το κακοποιήσει σεξουαλικά. Η αποπλάνηση μπορεί να περιλαμβάνει τα εξής (Σημείωση! Όλα αυτά θεωρούνται επίσης σεξουαλική κακοποίηση παιδιών):

- επικοινωνία με ένα παιδί με σεξουαλικό τρόπο
- σχολιασμός της εικόνας ή του σώματος του παιδιού με σεξουαλική χροιά
- να ζητείται από ένα παιδί μια γυμνή/άσεμνη φωτογραφία του εαυτού του
- αποστολή γυμνού/άσεμνου ή πορνογραφικού υλικού σε ένα παιδί
- να οδηγείται ένα παιδί να συμπεριφέρεται με σεξουαλικό τρόπο μπροστά στην κάμερα
- να πειστεί ένα παιδί να συμφωνήσει να συναντηθούν διαδικτυακά ή εκτός σύνδεσης

## ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΩ ΑΝ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΟΥ ΕΧΕΙ ΥΠΟΣΤΕΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ;

Το να μαθαίνετε ότι το παιδί σας έχει υποστεί σεξουαλική κακοποίηση είναι ανησυχητικό και μπορεί να προκαλέσει μεγάλη κρίση στην οικογένεια. Στην αρχή, μπορεί να δυσκολευτείτε να πιστέψετε ή να καταλάβετε τι πραγματικά έχει συμβεί. Η είδηση αποτελεί συχνά μεγάλο σοκ, καθώς στις περισσότερες περιπτώσεις δεν υπήρχαν σαφείς ενδείξεις που να προειδοποιούν για το τι συνέβαινε.

Πολλοί γονείς/κηδεμόνες αναφέρουν ότι βιώνουν μια σειρά συναισθημάτων μετά την αρχική ενημέρωση. Είναι φυσικό, ως γονέας/κηδεμόνας, να βρίσκεστε σε σύγχυση και να βιώνετε συναισθήματα όπως δυσπιστία, θλίψη, θυμό, φόβο, τα οποία εσείς και το παιδί σας, καθώς και όλη η οικογένεια, πρέπει να διαχειριστείτε. Το παιδί σας μπορεί επίσης να επιδεικνύει πολλές αντιφατικές συμπεριφορές και να είναι γεμάτο συγκεχυμένα συναισθήματα - τη μια στιγμή θυμωμένο και την επόμενη στιγμή αποσυρμένο και αγχωμένο. Αυτό μπορεί να αυξήσει το αίσθημα ανασφάλειας και αδυναμίας των γονέων.

Ως γονέας/κηδεμόνας, έχετε σημαντικό ρόλο στη διαδικασία ανάρρωσης του παιδιού σας και στην ενίσχυση της ικανότητάς του να προσαρμοστεί ή να αντιμετωπίσει τις δυσκολίες που θα αντιμετωπίσει. Ένα από τα πιο χρήσιμα βήματα που μπορείτε να κάνετε είναι να παρέχετε συναισθηματική και σωματική σταθερότητα και άνεση. Το πιο σημαντικό είναι να παραμείνετε ήρεμοι, να εμπιστευτείτε το παιδί σας και να του δώσετε την ασφάλεια που χρειάζεται. Εν μέσω της βοήθειας προς το παιδί σας, είναι επίσης σημαντικό να φροντίσετε τον εαυτό σας και να αναζητήσετε την απαραίτητη υποστήριξη. Αυτός είναι ο μόνος τρόπος με τον οποίο μπορείτε να παρέχετε στο παιδί σας ένα καταπραϋντικό, υποστηρικτικό και ασφαλές περιβάλλον.

# ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ

ΔΙΚΑΙΩΜΑ  
ΣΤΗΝ  
ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ  
ΑΓΩΓΗ

Η σεξουαλικότητα αποτελεί φυσικό μέρος της ανθρώπινης ανάπτυξης. Ξεκινώντας από μικρή ηλικία, το παιδί σας μπορεί να έχει ερωτήσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα, το σώμα του, το αν του αρέσει ή όχι κάποιος ή κάτι, ή ακόμα και το σεξ. Τα μικρά παιδιά προσεγγίζουν τα νέα πράγματα με περιέργεια και θέματα που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα σπάνια γίνονται αντιληπτά από το παιδί ως δύσκολα ή ενοχλητικά. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να αρχίσετε να μιλάτε για αυτά τα θέματα από νωρίς. Επίσης, αν το παιδί σας έχει καλές βασικές γνώσεις για ένα θέμα, είναι πιο προετοιμασμένο για να αξιολογήσει κριτικά οποιαδήποτε πληροφορία του δίνεται.

Σκοπός της σεξουαλικής αγωγής είναι να παρέχει πληροφορίες στο παιδί και να προάγει τη θετική σεξουαλική ανάπτυξη και ευημερία του. Η σεξουαλική αγωγή μπορεί επίσης να ενισχύσει τη γνώση του παιδιού για τον εαυτό του και την αυτοεκτίμησή του.

Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση αποτελεί ευθύνη κάθε γονέα/κηδεμόνα και είναι ευκολότερο να μιλάτε για τη σεξουαλικότητα με τα παιδιά, αν η συζήτηση ξεκινάει από νωρίς και είναι συχνή. Πρέπει να αποτελεί μέρος της καθημερινής ζωής στο πλαίσιο της οικογένειας και όχι με τη μορφή διάλεξης ή κάτι που πρέπει να γίνεται ξεχωριστά. Πρέπει να είστε ειλικρινείς και να παρέχετε όσες περισσότερες πληροφορίες είναι κατάλληλες για την ηλικία και το επίπεδο ανάπτυξης του παιδιού σας.

Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση περιλαμβάνει τα ακόλουθα θέματα:



Μπορείτε να μιλήσετε για όλα αυτά τα θέματα με το παιδί σας.

## Χρήσιμο να γνωρίζετε!

- Μπορεί να είναι δύσκολο να μιλήσετε για τη σεξουαλικότητα αν το θέμα σας φαίνεται άβολο, αλλά η αποφυγή της συζήτησης δεν θα εμποδίσει τα παιδιά να πάρουν πληροφορίες ούτε θα τα κρατήσει ασφαλή.
- Εξασκηθείτε εκ των προτέρων: Τι θέλετε να μάθει το παιδί σας και πώς θα το εκφράσετε με λόγια;
- Το παιδί σας μπορεί να ρωτήσει κάτι που σας κάνει να αισθάνεστε άβολα ή δεν είστε σίγουροι πώς να απαντήσετε. Σε αυτή την περίπτωση πείτε στο παιδί ότι δεν ξέρετε πώς να απαντήσετε, αλλά θα επανέλθετε.
- Αν το παιδί σας δείχνει να μην ενδιαφέρεται καθόλου ή να ντρέπεται, προσπαθήστε να συνεχίσετε τη συζήτηση άλλη φορά ή αλλάξτε το περιβάλλον. Δοκιμάστε σε μια βόλτα με το ποδήλατο ή σε έναν περίπατο. Χρησιμοποιήστε μια κατάσταση σε μια ταινία που παρακολουθείτε μαζί, τους στίχους ενός τραγουδιού ή μια ιστορία από ένα βιβλίο. Δώστε στο παιδί σας να καταλάβει ότι, ακόμη κι αν δεν θέλει να μιλήσει τώρα, είστε πάντα δίπλα του όταν θα είναι έτοιμο.



Καθώς το θέμα μπορεί να είναι δύσκολο να συζητηθεί, είναι σημαντικό για εσάς ως γονέας/κηδεμόνα να σκεφτείτε πρώτα τις δικές σας αντιλήψεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Αυτό μπορεί να διευκολύνει την έναρξη μιας συζήτησης με το παιδί. Προσπαθήστε να ξεκινήσετε αυτό το ταξίδι απαντώντας στις παρακάτω ερωτήσεις:

- Ποιες προκαταλήψεις έχετε σε σχέση με τη σεξουαλικότητα;
- Υπάρχουν κάποια θέματα για τα οποία δυσκολεύεστε να μιλήσετε; Μάθετε περισσότερα για αυτά τα θέματα.
- Τι είδους σεξουαλική διαπαιδαγώγηση θα θέλατε να λάβει το παιδί σας;

# ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΣΕΤΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΑΠΟ ΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ;

ΔΙΚΑΙΩΜΑ  
ΣΤΗΝ ΚΑΛΗ  
ΥΓΕΙΑ

Τα παιδιά μπορεί να αντιμετωπίσουν σεξουαλική κακοποίηση σε διαφορετικά περιβάλλοντα. Στο διαδικτυακό περιβάλλον, για παράδειγμα, αυτό μπορεί να σημαίνει ότι ένας ενήλικας στέλνει μηνύματα με σεξουαλικά υπονοούμενα σε ένα παιδί ή ζητά από το παιδί μια γυμνή φωτογραφία. Ως γονέας/κηδεμόνας, είναι σημαντικό να είστε ενήμεροι γι' αυτό, ώστε να μπορείτε να υποστηρίξετε την ασφαλή ανάπτυξη και εξέλιξη του παιδιού, δίνοντας πληροφορίες στο παιδί σας και υποστηρίζοντάς το σε περίπτωση που αντιμετωπίσει οποιοδήποτε είδος κακοποίησης.

Το να πέσει ένα παιδί θύμα σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών ή grooming μπορεί να το επηρεάσει με διαφορετικούς τρόπους. Τα παιδιά μπορεί να μην καταλαβαίνουν για παράδειγμα ότι η λήψη γυμνής εικόνας ή πορνογραφικού υλικού από έναν ενήλικα αποτελεί σεξουαλική κακοποίηση. Αυτά τα περιστατικά μπορεί να είναι "φυσιολογικά" επειδή μπορεί να συμβαίνουν συχνά στο ίδιο το παιδί ή στους φίλους του. Σε ορισμένες περιπτώσεις, τα παιδιά μπορεί να αισθάνονται ότι η εμπειρία δεν είχε καμία ιδιαίτερη συνέπεια. Ωστόσο, ορισμένα παιδιά μπορεί να νιώθουν άγχος, κατάθλιψη, αυτοκριτική, αμηχανία, φόβο ή ότι πρέπει να κατηγορηθούν για το περιστατικό. Ορισμένα παιδιά μπορεί να εμφανίσουν σωματικά συμπτώματα όπως: πονοκέφαλο, πόνο στο στομάχι ή δυσκολίες στον ύπνο.

Τα περισσότερα παιδιά λένε μόνο στους φίλους τους τι έχει συμβεί και δεν μιλούν στους γονείς/κηδεμόνες τους. Για το λόγο αυτό είναι πολύ σημαντικό να είστε ενήμεροι για τυχόν αλλαγές στη συμπεριφορά του παιδιού σας και να είστε διαθέσιμοι να υποστηρίξετε το παιδί σας σε περίπτωση ανάγκης. Θα πρέπει να δίνετε προσοχή σε οποιοδήποτε συναίσθημα του παιδιού σας και είναι σημαντικό να υπενθυμίζετε στο παιδί σας ότι δεν είναι ποτέ δικό του λάθος αν έχει πέσει θύμα σεξουαλικής κακοποίησης, ακόμη και αν έχει ενεργό ρόλο στην κατάσταση - είναι πάντα ευθύνη του ενήλικα που το υποβάλλει σε κακοποίηση.



## Χρήσιμο να γνωρίζετε!

Υπάρχουν ορισμένοι προληπτικοί παράγοντες που μπορούν να μειώσουν τον κίνδυνο να πέσει ένα παιδί θύμα σεξουαλικής κακοποίησης. Αυτοί περιλαμβάνουν την παροχή ενός ασφαλούς περιβάλλοντος και την υποστήριξη που μπορεί να χρειάζεται το παιδί. Θα πρέπει να επιδιώκετε να έχετε καλή και ανοιχτή σχέση με το παιδί σας, ώστε το παιδί σας να αισθάνεται άνετα να σας μιλάει για οτιδήποτε έχει στο μυαλό του. Το αίσθημα αξιοπρέπειας του ίδιου του παιδιού το βοηθά να θέσει τα δικά του όρια και να μην αφήσει κανέναν άλλον να τα υπερβεί. Η ενημέρωση και η εκπαίδευση σχετικά με πιθανούς κινδύνους μπορεί να βοηθήσει το παιδί να παρατηρήσει σημάδια πιθανώς επιβλαβών συζητήσεων ή καταστάσεων.



Όταν μιλάτε σε ένα παιδί για σεξουαλική κακοποίηση, είναι σημαντικό να είστε ειλικρινείς, αλλά να μιλάτε με τρόπο που το παιδί καταλαβαίνει. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε έναν από τους παρακάτω τρόπους για να ξεκινήσετε τη συζήτηση:

- Ξέρεις ότι κανείς δεν επιτρέπεται να αγγίζει το σώμα σου χωρίς την άδειά σου;
- Μπορείς πάντα να πεις όχι σε κάτι που δεν θέλεις να κάνεις - είσαι υπεύθυνος/η για το σώμα σου.
- Αν σου συμβεί κάτι που σε κάνει να νιώθεις άβολα ή που δεν καταλαβαίνεις, σε παρακαλώ πάντα να το λες σε μένα ή σε κάποιον άλλο ενήλικα που εμπιστεύεσαι.

# ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

ΔΙΚΑΙΩΜΑ  
ΣΤΗΝ ΥΓΙΗ  
ΑΝΑΠΤΥΞΗ

Η σεξουαλική ανάπτυξη ενός παιδιού πραγματοποιείται σε στάδια και αποτελεί φυσικό και αναμενόμενο μέρος της συνολικής ανάπτυξης και εξέλιξής του. Ορισμένες συμπεριφορές και εκφράσεις της σεξουαλικότητας ενός παιδιού μπορεί να σας εκπλήξουν, να σας ανησυχήσουν ή να σας αναστατώσουν. Γ' αυτό είναι καλό να γνωρίζετε την ανάπτυξη της σεξουαλικότητας ενός παιδιού και πώς αυτή μπορεί να εκδηλωθεί στη συμπεριφορά των παιδιών.

Ο παρακάτω πίνακας περιγράφει τη σεξουαλική ανάπτυξη ενός παιδιού και τον τρόπο με τον οποίο η σεξουαλικότητα εμφανίζεται στη συμπεριφορά του. Τα πράγματα που παρουσιάζονται στον πίνακα περιγράφουν τη σεξουαλική ανάπτυξη του παιδιού σε γενικό επίπεδο. Ωστόσο, είναι σημαντικό να θυμάστε ότι κάθε παιδί μεγαλώνει και αναπτύσσεται με το δικό του ρυθμό.

## Χρήσιμο να γνωρίζετε!

Τα παιδιά χρειάζονται ένα ανοιχτό και μη επικριτικό περιβάλλον για να εξερευνήσουν και να μάθουν για τη σεξουαλικότητά τους. Η σεξουαλικότητα αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της ανάπτυξης ενός παιδιού και εσείς, ως γονέας/κηδεμόνας, μπορείτε να βοηθήσετε το παιδί σας να αποδεχτεί το σώμα και τη σεξουαλικότητά του με λειτουργικό και υγιή τρόπο. Παρακολουθήστε την ανάπτυξη της σεξουαλικότητας του παιδιού σας, ενθαρρύνετε το να εκφράσει τις ανάγκες του, ικανοποιήστε την περιέργειά του και γίνετε πηγή στοχευμένων και κατάλληλων για την ηλικία του πληροφοριών.

## Πρόσθετες πληροφορίες:

- Δημιουργήστε ένα περιβάλλον όπου το παιδί θα αισθάνεται ασφάλεια και άνεση σχετικά με τη σεξουαλικότητά του.
- Υποστηρίξτε και δημιουργήστε ένα περιβάλλον στο οποίο το παιδί μπορεί να εκφράσει τη σεξουαλικότητά του χωρίς να κρίνεται, να τιμωρείται ή να χλευάζεται.
- Μιλήστε ανοιχτά με το παιδί για όλες τις πτυχές της σεξουαλικότητας με τρόπο που να μπορεί να κατανοήσει.
- Να είστε διαθέσιμοι να απαντήσετε στις ερωτήσεις τους και να παρέχετε ακριβείς πληροφορίες.
- Να σέβεστε την ιδιωτική τους ζωή και τα όριά τους, διασφαλίζοντας ότι έχουν τον έλεγχο του σώματός τους και των επιλογών τους.

## Στάδια σεξουαλικής ανάπτυξης και συμπεριφοράς των παιδιών

### 0-3 ετών:

Τα παιδιά είναι περίεργα για το σώμα τους και αναπτύσσουν μια βασική κατανόησή του μέσω της αφής και της εξερεύνησης.

Τα παιδιά εξερευνούν τα γεννητικά τους όργανα με τον ίδιο τρόπο όπως και άλλα μέρη του σώματος και μπορεί να αισθάνονται καλά. Τα παιδιά βιώνουν ευχάριστες και δυσάρεστες σωματικές αισθήσεις που σχετίζονται με το σώμα τους, αλλά σεξουαλική συμπεριφορά, όπως την κατανοούμε γενικά, δεν εμφανίζεται ακόμη.

### 4-7 ετών:

Τα παιδιά αρχίζουν να αναπτύσσουν την αίσθηση της ταυτότητας του φύλου τους και αποκτούν μεγαλύτερη επίγνωση των φυσικών διαφορών μεταξύ των φύλων. Αρχίζουν να αναπτύσσουν την αίσθηση της ιδιωτικής ζωής.

Τα παιδιά νιώθουν άνεση όταν είναι γυμνά και αγγίζουν και κρατούν τα δικά τους γεννητικά όργανα. Αναπτύσσουν ενδιαφέρον για τα μέρη και τις λειτουργίες του σώματος και μπορεί να θέλουν να αγγίξουν τα γεννητικά όργανα γνωστών παιδιών π.χ. κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού/ του μπάνιου. Μπορεί να συμβεί να κοιτάζουν ή να αγγίζουν τα σώματα οικείων παιδιών και οικείων ενηλίκων.

### 8-11 ετών:

Η περιέργεια των παιδιών για τα σώματα και τη σεξουαλικότητα μπορεί να αυξηθεί. Μπορεί να αρχίσουν να κάνουν ερωτήσεις σχετικά με την αναπαραγωγή, τις σχέσεις ή να συμμετέχουν σε φανταστικά παιχνίδια που περιλαμβάνουν θέματα ρομαντισμού ή οικογένειας.

Η αίσθηση της ιδιωτικότητας των παιδιών σχετικά με το σώμα τους αυξάνεται. Τα παιδιά μπορεί να αρχίσουν να αγγίζουν πιο στοχευμένα τα γεννητικά τους όργανα, καθώς μπορεί να αισθάνονται όμορφα. Τα παιδιά μπορεί να αρχίσουν να χρησιμοποιούν βρισιές για τα γεννητικά όργανα.

### 12-14 ετών:

Η εφηβεία σηματοδοτεί ένα σημαντικό στάδιο της σεξουαλικής ανάπτυξης. Οι ορμονικές αλλαγές οδηγούν σε φυσικές αλλαγές στο σώμα, όπως η ανάπτυξη των μαστών και η ανάπτυξη των όρχεων. Κατά τη διάρκεια της εφηβείας, τα παιδιά μπορεί να βιώσουν σεξουαλικά συναισθήματα και έλξεις προς άλλους, καθώς και αυξημένο ενδιαφέρον για το σεξ και τις σχέσεις.

Συχνά τα παιδιά δεν αισθάνονται άνετα να είναι γυμνά κοντά σε άλλους ανθρώπους. Ο ανανισμός μπορεί να γίνεται σε ιδιωτικό χώρο. Τα παιδιά μπορεί να αναπτύξουν ενδιαφέρον για ρομαντικές σχέσεις ή να συμμετέχουν σε αυτές. Τα παιδιά μπορεί να αναζητούν πληροφορίες από τους συνομηλικούς και το διαδικτυο. Τα παιδιά είναι πιο ενεργά στο διαδικτυο και μπορεί να στέλνουν σεξουαλικά μηνύματα και γυμνές εικόνες σε συνομηλικούς. Αυτό μπορεί να αποτελεί μέρος της κοινωνικοποίησης με συνομηλικούς.



# ΒΟΗΘΩΝΤΑΣ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΑΣΦΑΛΕΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

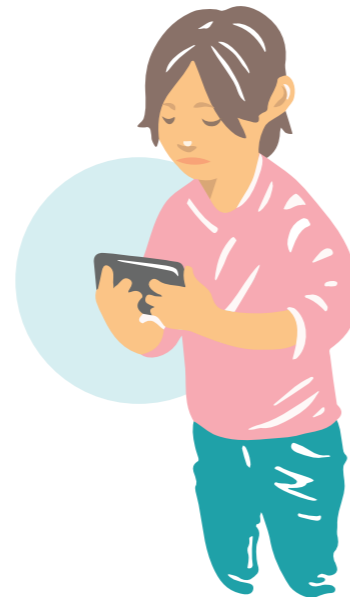
ΔΙΚΑΙΩΜΑ  
ΣΤΗΝ  
ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Σε γενικές γραμμές, είναι καλό να θεωρούμε το διαδίκτυο και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ως ένα καλό και ασφαλές μέρος για τα παιδιά. Τα παιδιά χρησιμοποιούν το διαδίκτυο π.χ. για σχολικές δραστηριότητες, χόμπι, παιχνίδια και για να συναναστρέφονται με φίλους. Στην καλύτερη περίπτωση, το ψηφιακό περιβάλλον υποστηρίζει την ανάπτυξη του παιδιού, αυξάνει τις γνώσεις, τις δεξιότητες και την ευημερία του. Ωστόσο, είναι σημαντικό να γνωρίζουμε τους κινδύνους από τη χρήση του διαδικτύου. Δεν προορίζεται όλο το περιεχόμενο για τα παιδιά και μπορεί να συναντήσουν, για παράδειγμα, διαδικτυακό εκφοβισμό, ρητορική μίσους, βίαιο ή σεξουαλικό περιεχόμενο στο διαδίκτυο.

## Ένα παιδί στέλνει γυμνές εικόνες του εαυτού του

Είναι μέρος της καθημερινότητας των παιδιών να τραβούν εικόνες και βίντεο του εαυτού τους και να τις στέλνουν σε φίλους ή να τις αναρτούν στους λογαριασμούς τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Αυτό είναι κάτι που κάνουν και τα μικρά παιδιά. Η κοινή χρήση εικόνων είναι ένας τρόπος κοινωνικοποίησης, διασκέδασης και ένας εύκολος τρόπος επικοινωνίας με συνομηλίκους. Ωστόσο, μπορεί να ζητηθεί από τα παιδιά, από κάποιον συνομήλικο, από κάποιον ενήλικα γνωστό ή από κάποιον άγνωστο, να τραβήξουν γυμνές ή προσωπικές εικόνες ή βίντεο του εαυτού τους και να τα μοιραστούν στο διαδίκτυο. Όταν πρόκειται για μικρά παιδιά (5-11 ετών), δεν πρέπει να μοιράζονται προσωπικές εικόνες του εαυτού τους με κανέναν. Εάν ένας ενήλικας ζητήσει από ένα παιδί να στείλει μια γυμνή ή προσωπική εικόνα του εαυτού του, αυτό αποτελεί ποινικό αδίκημα.

Εάν το παιδί στείλει μια γυμνή/άσεμνη εικόνα του εαυτού του σε έναν ενήλικα που το ζήτησε, είναι πάντα ευθύνη του ατόμου που το ζήτησε. Τα μικρά παιδιά θα πρέπει να ενημερώνονται ότι δεν πρέπει ποτέ να μοιράζονται γυμνές ή προσωπικές εικόνες του εαυτού τους με συνομηλίκους, γνωστούς ή αγνώστους. Μόλις μια εικόνα σταλεί ή αναρτηθεί, μπορεί να διαδοθεί στο διαδίκτυο χωρίς κανείς να έχει κανέναν έλεγχο πάνω της. Είναι φυσικό μέρος της σεξουαλικής ανάπτυξης ενός παιδιού να ενδιαφέρεται για το δικό του γυμνό σώμα και ή το σώμα των άλλων. Τα παιδιά μπορεί να νομίζουν ότι είναι εντάξει να στείλουν μια γυμνή/άσεμνη εικόνα του εαυτού τους αν κάποιος τους το ζητήσει - μπορεί να είναι τρομακτικό αλλά και συναρπαστικό. Τα μικρά παιδιά μπορεί να μην έχουν ακόμη την κατανόηση, τις γνώσεις, τις δεξιότητες ή την ικανότητα να αξιολογούν τέτοιου είδους αιτήματα.



## Χρήσιμο να γνωρίζετε!

Τα παιδιά χρειάζονται πληροφορίες, υποστήριξη, προστασία αλλά και όρια για να είναι ασφαλή στο διαδίκτυο. Η πληροφόρηση βοηθά στην προστασία των παιδιών από τους κινδύνους. Είναι καθήκον του γονέα/κηδεμόνα να καθοδηγήσει τα παιδιά να πλοηγούνται με ασφάλεια στο διαδίκτυο. Εάν το παιδί σας αισθάνεται ασφαλές και έχει μια σχέση εμπιστοσύνης μαζί σας, είναι πιο πιθανό να σας μιλήσει για διαδικτυακές εμπειρίες που το ανησυχούν, το βλάπτουν ή το φοβίζουν. Να θυμάστε να είστε εκεί για το παιδί σας.

## Πώς μπορείτε ως γονέας/κηδεμόνας να υποστηρίξετε και να προστατεύσετε το παιδί σας ώστε να είναι ασφαλές στο διαδίκτυο;

- Να είστε παρόντες και να ενδιαφέρεστε για τη διαδικτυακή δραστηριότητα του παιδιού σας. Προωθήστε ένα ασφαλές και ανοικτό περιβάλλον όπου τα παιδιά θα νιώθουν άνετα να συζητούν για τη διαδικτυακή τους δραστηριότητα. Ενθαρρύνετέ τα να μοιραστούν οτιδήποτε μπορεί να τα έχει κάνει να νιώθουν άβολα ή ανασφαλή.
- Ξεκινήστε τη συζήτηση για την ασφάλεια στο διαδίκτυο και την κοινή χρήση εικόνων/βίντεο μόλις το παιδί σας αρχίσει να χρησιμοποιεί ψηφιακές συσκευές. Μερικές φορές οι γονείς πιστεύουν ότι τα παιδιά τους είναι πολύ μικρά για να ξεκινήσουν τη συζήτηση, αλλά συχνά αυτό δεν ισχύει.
- Μιλήστε ανοικτά και με τρόπο κατάλληλο για το παιδί, για τους υπάρχοντες κινδύνους που υπάρχουν στο διαδίκτυο. Πείτε στο παιδί ότι δεν πρέπει να μοιράζεται γυμνές ή προσωπικές φωτογραφίες στο διαδίκτυο.
- Θέστε όρια. Καθορίστε σαφείς κατευθυντήριες γραμμές για τον χρόνο χρήσης της οθόνης και τι επιτρέπεται ως κατάλληλο περιεχόμενο. Είναι σημαντικό να λαμβάνετε υπόψη τα όρια ηλικίας για τις εφαρμογές και τους ιστότοπους. Ενθαρρύνετε μια υγιή ισορροπία μεταξύ διαδικτυακών δραστηριοτήτων και άλλων μορφών ψυχαγωγίας.

# ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΗΣ ΙΔΙΩΤΙΚΗΣ ΖΩΗΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Τα σημερινά παιδιά γεννιούνται σε μια ψηφιακή εποχή και περιγράφονται ως “ψηφιακοί ιθαγενείς”. Πώς αυτό επηρεάζει την ιδιωτικότητα και την ανάπτυξη των παιδιών;

Η προστασία της ιδιωτικής ζωής είναι ζωτικής σημασίας για την ισορροπημένη ανάπτυξη των παιδιών. Η διαδικτυακή ιδιωτικότητα είναι ένα πρόσφατο κοινωνικό φαινόμενο που ακόμη και οι ενήλικες δυσκολεύονται να κατανοήσουν. Τα παιδιά θεωρούνται ιδιαίτερα ευάλωτα στις απειλές στο διαδίκτυο, λόγω της έλλειψης ψηφιακών δεξιοτήτων και ευαισθητοποίησης σχετικά με τους κινδύνους. Οι διαδικτυακοί κίνδυνοι, όπως η διαδικτυακή σεξουαλική κακοποίηση, μπορεί να περιορίσουν τη δυναμική τους ανάπτυξη στην παιδική, εφηβική και ενήλικη ζωή. Επομένως, είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε και να σεβόμαστε το δικαίωμα των παιδιών να δραστηριοποιούνται στο διαδίκτυο, διασφαλίζοντας παράλληλα την ιδιωτική τους ζωή.

## Δώστε το παράδειγμα. Σκεφτείτε τι δημοσιεύετε στο διαδίκτυο για το παιδί σας.

Εσείς, ως γονέας/κηδεμόνας, θα πρέπει να προβληματίζεστε για τη συμπεριφορά σας στο διαδίκτυο, ιδίως για τη συμπεριφορά που επηρεάζει το παιδί σας. Θα πρέπει να λάβετε υπόψη σας, για παράδειγμα, την πρόσφατη ψηφιακή τάση του “sharenting” (share & parenting), δηλαδή τη μετάδοση προσωπικών στοιχείων (εικόνες, βίντεο και πληροφορίες) για ένα παιδί μέσω ψηφιακών καναλιών από έναν ενήλικα που βρίσκεται κοντά στο παιδί. Με την ανάπτυξη ενός ψηφιακού



αποτυπώματος από μικρή ηλικία, τα παιδιά μπορεί να εσωτερικεύσουν την πίεση να αποδίδουν συνεχώς και να αναζητούν επιβεβαίωση μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, γεγονός που μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την αυτοεκτίμησή τους αργότερα στη ζωή τους. Οι γονείς/κηδεμόνες πρέπει να έχουν επίγνωση των κινήτρων τους όταν συμμετέχουν στο “sharenting” και πρέπει να δίνουν προτεραιότητα στην ευημερία των παιδιών τους έναντι της αυτοπροβολής. Δεν συνιστάται να μοιράζεστε εικόνες των παιδιών σας στο διαδίκτυο - ιδίως χωρίς τη συγκατάθεσή τους.

ΔΙΚΑΙΩΜΑ  
ΣΤΗΝ  
ΙΔΙΩΤΙΚΗ  
ΖΩΗ

## Χρήσιμο να γνωρίζετε!

### • Εκπαιδεύστε το παιδί σας σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου και το απόρρητο

Τα παιδιά πρέπει να γνωρίζουν τον αντίκτυπο που μπορεί να έχει η διαδικτυακή τους δραστηριότητα τόσο σε αυτά όσο και σε άλλους ανθρώπους.

Ακόμη και μεγαλύτερα παιδιά δυσκολεύονται να κατανοήσουν την πλήρη πολυπλοκότητα στο διαδίκτυο και την πολλαπλότητα των διαδικτυακών κινδύνων. Είναι επομένως ζωτικής σημασίας να ενημερώσετε τα παιδιά σας ότι:

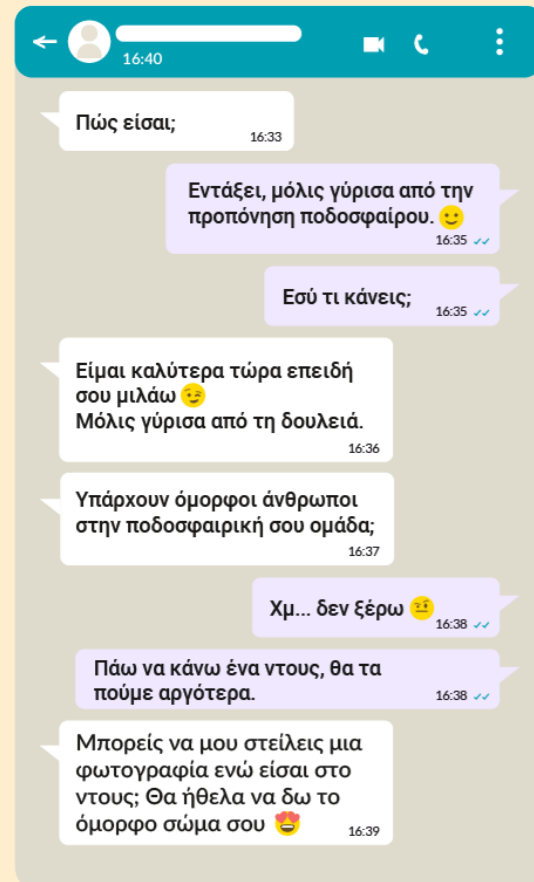
- Από τη στιγμή που δημοσιεύουν περιεχόμενο στο διαδίκτυο, δεν έχουν πλέον τον έλεγχό του. Μπορεί να προωθηθεί, να αποθηκευτεί ή να εκτυπωθεί. Επίσης, η διαγραφή μιας εικόνας ή ενός βίντεο από το διαδίκτυο δεν σημαίνει απαραίτητα ότι έχει εξαφανιστεί. Ως εκ τούτου, θα πρέπει να το σκέφτονται προσεκτικά προτού δημοσιεύσουν οποιοδήποτε περιεχόμενο του εαυτού τους στο διαδίκτυο και να ζητούν πάντα άδεια προτού δημοσιεύσουν οποιοδήποτε περιεχόμενο άλλων στο διαδίκτυο.
- Θα πρέπει να διατηρούν τα προσωπικά τους στοιχεία (π.χ. αριθμό τηλεφώνου, διεύθυνση κατοικίας, σχολείου ή/και άλλη τοποθεσία) ιδιωτικά και να μην τα μοιράζονται με αγνώστους. Ενημερώστε τους ότι κάποιοι άνθρωποι κρύβονται πίσω από ψεύτικα προφίλ.
- Θα πρέπει να χρησιμοποιούν ισχυρούς κωδικούς πρόσβασης για κάθε διαδικτυακό λογαριασμό και να μην τους μοιράζονται με άλλους.
- Το διαδικτυακό περιεχόμενο μπορεί να είναι ακατάλληλο για την ηλικία τους και αναξιόπιστο. Ενθαρρύνετέ τα να είναι κριτικά απέναντι σε όσα βλέπουν στο διαδίκτυο.

### • Διαχείριση του περιεχομένου στο οποίο τα παιδιά μπορούν να έχουν πρόσβαση και προώθηση της ανοιχτής επικοινωνίας

Ο γονικός έλεγχος και οι ρυθμίσεις απορρήτου στις εφαρμογές, τις συσκευές και τους λογαριασμούς των παιδιών είναι μάλλον χρήσιμα εργαλεία για την ελαχιστοποίηση των διαδικτυακών κινδύνων. Αλλά να θυμάστε ότι αυτά αποτελούν μόνο ένα μέρος της διαδικτυακής ασφάλειας. Βεβαιωθείτε ότι συνεχίζετε να έχετε τακτικές συζητήσεις με τα παιδιά σας σχετικά με τις διαδικτυακές τους εμπειρίες και ενθαρρύνετέ τα να μοιράζονται οτιδήποτε μπορεί να έχουν βρει άβολο ή ανασφαλές στο διαδίκτυο. Επίσης, να θυμάστε ότι δεν δικαιούστε να βλέπετε όλα όσα κάνει το παιδί στο διαδίκτυο ή την τοποθεσία του χωρίς σοβαρό λόγο, καθώς αυτό αποτελεί επίσης μια πτυχή του δικαιώματός του στην ιδιωτική ζωή.



## ΕΝΑΣ ΑΓΝΩΣΤΟΣ ΕΝΗΛΙΚΑΣ ΖΗΤΑΕΙ ΜΙΑ ΓΥΜΝΗ ΕΙΚΟΝΑ ΑΠΟ ΕΝΑ ΠΑΙΔΙ

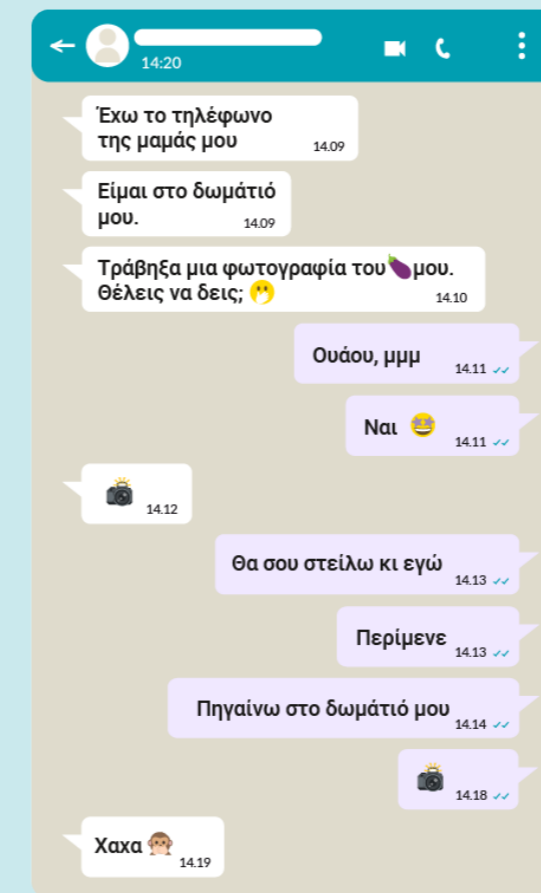


Υπάρχουν κάποια ανησυχητικά σημάδια στη συζήτηση που μπορείτε να μάθετε στο παιδί σας να προσέχει:

- Εάν κάποιος ζητά να κρατήσει τη συζήτηση μυστική από τους άλλους ή στέλνει συνεχώς μηνύματα
- Εάν κάποιος ζητά να δώσει προσωπικές πληροφορίες
- Εάν κάποιος ζητά να στείλει γυμνές/άσεμνες εικόνες ή στέλνει τέτοιες εικόνες του εαυτού του
- Εάν κάποιος στέλνει σεξουαλικά υπονοούμενα μηνύματα ή ρωτά για προηγούμενες σεξουαλικές εμπειρίες

Σε αυτές τις περιπτώσεις, είναι σημαντικό για το παιδί να σταματήσει να στέλνει μηνύματα σε αυτό το άτομο, να το μπλοκάρει σε όλες τις πλατφόρμες και να το πει σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεται. Θα πρέπει να λαμβάνονται στιγμιότυπα της συνομιλίας, καθώς αυτά μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως αποδεικτικά στοιχεία. Η κατάσταση θα πρέπει να αναφερθεί στην αστυνομία.

## ΔΥΟ ΠΑΙΔΙΑ ΒΓΑΖΟΥΝ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΤΩΝ ΓΕΝΝΗΤΙΚΩΝ ΤΟΥΣ ΟΡΓΑΝΩΝ ΚΑΙ ΤΙΣ ΣΤΕΛΝΟΥΝ ΤΟ ΕΝΑ ΣΤΟ ΑΛΛΟ



Όταν συζητάτε με το παιδί σας για το τι συνέβη, λάβετε υπόψη σας τα εξής:

- Μιλήστε ανοιχτά με το παιδί για το τι συνέβη. Είναι σημαντικό να μην νιώθει ντροπή ή αμηχανία για το ενδιαφέρον του για το δικό του σώμα και το σώμα των άλλων.
- Εξηγήστε στο παιδί ότι δεν είναι σωστό να δημοσιεύει τις γυμνές/απόκρυφες φωτογραφίες του στο διαδίκτυο ή στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Μόλις μια εικόνα αναρτηθεί, δεν έχετε πλέον τον έλεγχό της.
- Αποδεχτείτε ότι αυτή είναι μια φυσιολογική συμπεριφορά και αποτελεί μέρος της σεξουαλικής ανάπτυξης ενός παιδιού.

### ΠΑΡΑΤΗΡΕΙΤΕ ΟΤΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΕΙ ΕΝΑ ΠΟΡΝΟΓΡΑΦΙΚΟ ΒΙΝΤΕΟ ΣΤΟΝ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ ΤΟΥ ΚΑΙ ΚΑΘΩΣ ΠΛΗΣΙΑΖΕΤΕ, ΑΛΛΑΖΕΙ ΣΕΛΙΔΑ.

- Διατηρήστε την ψυχραιμία σας. Αν χρειάζεται να σκεφτείτε πώς να το προσεγγίσετε αυτό, πάρτε το χρόνο σας.
- Βρείτε έναν ήσυχο χώρο και χρόνο αργότερα για να προσεγγίσετε το θέμα. Ρωτήστε το παιδί σας για το τι παρακολουθούσε με χαλαρό τρόπο, χωρίς θυμό ή κριτική στον τόνο σας.
- Συζητήστε την πορνογραφία με ενημερωτικούς όρους. Πείτε στο παιδί ότι είναι εντάξει να ενδιαφέρεται για τη σεξουαλικότητα και το σεξ. Είναι σημαντικό να κατανοήσει ότι η πορνογραφία είναι ηθοποιία: ενήλικες επιδίδονται σε σεξουαλική δραστηριότητα μεταξύ τους και αυτή βιντεοσκοπείται. Η πορνογραφία δεν αντικατοπτρίζει απαραίτητα την πραγματικότητα. Επίσης, μπορεί να επηρεάσει την αντίληψή τους για το σεξ στο μέλλον.
- Αναζητήστε μαζί αξιόπιστες πληροφορίες για τη σεξουαλικότητα στο διαδίκτυο ή στη βιβλιοθήκη.



# ΘΥΜΗΘΕΙΤΕ ΝΑ ΕΙΣΤΕ ΕΚΕΙ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΔΙ



Το έργο **CSAPE 2022-2024** στοχεύει στην πρόληψη της παιδικής σεξουαλικής κακοποίησης αυξάνοντας τις γνώσεις και τις δεξιότητες επαγγελματιών, παιδιών (ηλικίας 5-11 ετών), νέων (11-17 ετών) και γονέων μέσω ενός ολιστικού προγράμματος σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης. Υλοποιείται σε συνεργασία μεταξύ του **ΚΜΟΠ - Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας στην Ελλάδα** και το **Διεθνή Οργανισμό Save the Children** στην **Φινλανδία, την Ισλανδία, την Αλβανία και την Βοσνία Ερζεγοβίνη.**



Με τη χρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



CHILD SEXUAL  
ABUSE PREVENTION  
AND EDUCATION