

NSPCC

دليل

الحوار



الموجه

للآباء

محادثات بسيطة تساعدكم في الحفاظ
على أمان أطفالكم وسلامتهم من
التعرض للإيذاء

EVERY CHILDHOOD IS WORTH FIGHTING FOR

اسمكم

هذا الدليل ملك للسيدة

.....

و

.....

اسم
طفلكم



كلنا نريد الحفاظ على سلامة أطفالنا

وقد تكونون قد تحدثتم معهم بالفعل عن أشياء مثل عبور الطريق بأمان. لكن هل تحدثتم معهم حول كيفية الحفاظ على سلامتهم وأمنهم من الإيذاء الجنسي؟ نعلم أنها محادثة لا يحبها الوالدان، لكننا نعتقد إمكانية إجرائها بشكل طبيعي تمامًا، وفي سلاسة ويسر مثلها في ذلك مثل الحديث عن السلامة على الطرق.

ونحن نسميها حديث "البنطال". فكل حرف من أحرف كلمة "بنطال" هو رسالة مهمة للأطفال ابتداءً من سن الرابعة لمساعدتهم في الحفاظ على أمنهم وأمانهم.

ولهذا السبب نريد أن يقوم جميع الآباء والأمهات بإجراء حديث "البنطال"، لأننا نعلم أن التحدث بانتظام مع الأطفال حول هذه الرسائل المهمة يمكن أن يساعدهم حقًا في البقاء آمنين.



ما أهمية إجراء
حديث "البنطال"؟



محادثة مهمة يجب إجراؤها

لا شك أن ما يدور الآن في أذهانكم أن هذه المحادثة قد لا يحتاجها أطفالكم. وهو تفكير طبيعي، إذ لا يريد أي والد أو والدة أن يعتقد أن أطفاله سيتعرضون للإيذاء الجنسي. لكن ما تفكرون به هو بالضبط سبب أهمية إجراء هذه المحادثة: فالهدف منها هو المساعدة في الحفاظ على سلامتهم.

ونحن نتفهم أيضًا أن الحديث عن هذا الموضوع قد يكون أمرًا شاقًا، لكن بإمكانكم تجنب كل هذا الحرج الذي تشعرون به. فقد قمنا خصيصًا بابتكار حديث "البنطال" بمساعدة أولياء الأمور والمختصين لنضمن لكم أن تكون هذه المحادثات سهلة ومناسبة قدر الإمكان للأطفال ابتداءً من سن الرابعة.

حديث "البنطال" لا يذكر لفظ الجنس أبدًا

نحن نعلم أنكم قد تشعرعون أن طفلكم أصغر من أن يتحدث عن الجنس، ولهذا السبب لا يذكر حديث "البنطال" هذه الكلمة أبدًا. كما أنه لا يتحدث عن الطيور والنحل وطريقة تكاثرها، بل يوجه رسائل عملية ومطمئنة للأطفال بما يساعدهم على الحفاظ على سلامتهم وأمنهم.

لا نستخدم كلمات مخيفة مطلقًا

لا نسعى أبدًا إلى بث الخوف أو الإزعاج في قلوب الصغار. ولذلك، نستخدم في حديث "البنطال" لغة بسيطة ومناسبة للأطفال لمنحهم ما يلزم من الثقة والمعرفة للبقاء آمنين.

"أعتقد بصدق أن حديث "البنطال" ينبغي أن يكون جزءًا من أحاديثكم مع أطفالكم حول ما يقيهم آمنين كحديثكم معهم حول كيفية عبور الطريق".
والد فتاة تبلغ من العمر ست سنوات



إيجاد اللحظة المناسبة

تختلف كل عائلة عن غيرها، وقد يعتمد وقت إجراء هذه المحادثات ومكانها على عمر أطفالكم أو مدى نضجهم. لذا، عليكم أن تختاروا اللحظة المناسبة لكم ولهم.

هل تبحثون عن أوقات مناسبة لبدء هذه المحادثات؟ نورد فيما يلي بعض الأمثلة التي أخبرنا الآباء والأمهات الآخرون أنها كانت مناسبة لهم:

متى يكون
الوقت مناسبًا
للحديث؟

* إذا كان لديهم درس عن العلاقات الشخصية في المدرسة، اسألوهم عما يتذكرونه عندما يصلون إلى المنزل.

* يمكن أن يساعد مشاركتهم في غناء أغنيتنا بمساعدة الديناصور الودود بنطالوسورس في إيجاد اللحظة المناسبة (اكتشف المزيد في صفحة 6).

* إذا كان برنامجهم التلفزيوني المفضل يتناول موضوعًا حساسًا، فشجعوهم على التحدث عن أي أمر قد يزعجهم.

* عندما تساعدون أطفالكم على الاستحمام أو على القيام بأمور مثل ارتداء الملابس أو وضع الكريم.

* تعد رحلات السيارات وقتًا رائعًا للتحدث معهم.

* استشعرون براحة أكبر أثناء التنزه والدرشة معًا سواء كنتم في طريقكم إلى المنزل من المدرسة، أو في طريقكم إلى المتاجر في عطلة نهاية الأسبوع.

* يُعد الذهاب للسباحة وقتًا رائعًا للتحدث عن فكرة أن أجزاء الجسم التي يغطيها البنطال وملابس السباحة هي أمر خاص بكم وحدكم.



كيف أجد الكلمات المناسبة؟

الشروع في الحديث

إن طريقة البدء في حديث "البنطال" مع أطفالكم وموعد ذلك هو خياركم أنتم. فأولاً وأخيراً، أنتم تعرفون أطفالكم أفضل من أي شخص آخر.

وبمجرد أن تشعروا بالألفة والارتياح تجاه جميع الرسائل (الصفحتان 8-9)، يمكنكم استخدام سلسلتنا الخاصة باستهلال الحديث وكسر حاجز الصمت، التي تسهل بدء حديث "البنطال"، وكل ذلك بمعاونة الديناصور الودود بنطالوسورس. ومن خلال الألعاب والأغاني والأنشطة، تقدم هذه السلسلة الرسائل الرئيسية بطرق ممتعة وشيقة، بإمكانكم البدء اليوم ...

سلسلة استهلال الحديث!

شاركنا لعبة **Keep and learn kids' pull-out** (سحب البطاقات احفظ وتعلم)، واجعل تذكّر القواعد أمرًا ممتعًا.

يمكن لأطفالكم **الغناء مع بنطالوسورس**، فأغنيته عبارة عن مقدمة جذابة لرسائل "البنطال" الرئيسة.

هناك أيضًا **وقت اللعب مع بنطالوسورس** عبر الإنترنت، سواء على جهاز لوحي أو هاتف، وتتيح لهم هذه اللعبة المجانية لعب كرة السلة والغوص أثناء تعلم قواعد "البنطال".

يمكن الوصول إلى سلسلة استهلال الحديث المسلية على الموقع nspcc.org.uk/pants

هل تريدون طريقة غاية في الروعة لتذكر القواعد؟ مجموعة الديناصور بنطالوسورس للأطفال مليئة بالأنشطة الممتعة والملصقات الرائعة، وملصق للتعليق على الباب وشريط تحديد لصفحات الكتب. اطلبوا مجموعتكم من الموقع nspcc.org.uk/shop



حان الوقت الآن لإجراء حديث "البنطال"

أصبحتم تعرفون طريقة استعمال
سلسلة استهلال الحديث الخاصة بنا،
وفهمتكم متى يمكن بدء المحادثة مع
طفلكم.

لقد أصبحتم جاهزين الآن لتعليم
طفلكم القواعد الخمسة لحديث
"البنطال". وسنأخذكم مع كل حرف
من أحرف كلمة "بنطال" حتى تعرفوا ما
عليكم قوله عن كل حرف.

يمكنكم البدء بإجراء محادثة بسيطة
مع طفلكم حول كيفية البقاء آمنًا،
ثم الخوض في مزيد من التفاصيل
عندما تكونا على استعداد.

ب بما أن الأعضاء خاصة،
فهذا يعني أنها خاصة بكم

ن نعم، جسمكم ملك لكم وحدكم،
تذكروا ذلك

ط طالما قلتم لا، فهي
تعني لا

ا الأسرار التي تضايقكم تحدثوا عنها

ل لا للسكوت، تكلموا، فهناك من
يستطيع مساعدتكم

ما هي قواعد
البنطال؟



ن نعم، جسمكم ملك لكم وحدكم، تذكروا ذلك

عزّفوا أطفالكم أن أجسامهم ملك لهم
وحدهم، وليس لأي شخص آخر.
ولا يحق لأحد أن يجعلهم يفعلون أي
شيء يمكن أن يجعلهم يشعرون بعدم
الارتياح.

إذا طلب شخص ما رؤية ما يوجد تحت
ملابسهم الداخلية أو حاول لمسها، يجب
عليهم أن يرفضوا ويقولوا "لا"،
وأن يخبروا شخصًا بالغًا يثقون به بما
جرى. وقد يكون هذا الشخص أحد أفراد
الأسرة أو المعلم أو الموجه أو الطبيب.

ط طالما قلتم لا، فهي تعني لا

تأكدوا من أن أطفالكم يفهمون أن لهم
الحق في قول "لا" لأي شخص يلمسهم
بطريقة غير مرغوب فيها، حتى وإن كان
أحد أفراد الأسرة أو شخص يعرفونه أو
يجبونه.

يجب أن يعرفوا أنهم يتحكمون
بأجسامهم ولا ينبغي لأحد أن يجعلهم
يفعلون ما قد يجعلهم يشعرون بعدم
الارتياح.

ب بما أن الأعضاء خاصة، فهذا يعني أنها خاصة بكم

كونوا واضحين مع أطفالكم أن ملابسهم
الداخلية تغطي أعضاءهم الخاصة،
واشرحوا ما تعنيه كلمة "خاصة".

وضّحوا لهم أنه لا يحق لأحد أن يطلب
رؤية أعضائهم الخاصة أو لمسها، أو أن
يطلب منهم النظر إلى أعضاء غيرهم
الخاصة أو لمسها.

في بعض الأحيان قد يضطر الأطباء أو
الممرضات أو أفراد الأسرة إلى فعل ذلك.
اشرحوا لهم أنه لا بأس من ذلك شريطة
أن يشرح لهم هؤلاء الأشخاص سبب ذلك
دائمًا، وأن يسألوهم إن كانوا موافقين
على ذلك.

ل لا للسكوت، تكلموا، فهناك من يستطيع مساعدتكم

أخبروا أطفالكم أنه من الجيد دائماً التحدث إلى شخص بالغ يثقون به عن أي شيء يجعلهم يشعرون بالحزن أو القلق أو الخوف، حتى يتمكن من مساعدتهم. وليس بالضرورة أن يكون أحد أفراد العائلة، إذ يمكن أن يكون معلماً أو والد صديق على سبيل المثال.

طمئنوهم أنه مهما كانت المشكلة، فهي ليست خطأهم ولن يقعوا في مشكلة أبداً إذا تحدثوا علانية عنها.

يمكنهم أيضاً الاتصال بخط مساعدة الأطفال (Childline) على الرقم 0800 1111 وسيساعدكم شخص ودود.

ا الأسرار التي تضايقكم تحدثوا عنها

اشرحوا لأطفالكم أنه ينبغي عليهم دائماً التحدث عن الأشياء التي تقلقهم، وأن مشاركتها والإفصاح عنها لن توقعهم في المشاكل.

اشرحوا لهم الفروق بين الأسرار "الجيدة" و "السيئة"، وأن الأسرار السيئة هي التي تشعرهم بالحزن أو القلق أو الخوف، بينما الأسرار الجيدة يمكن أن تكون أشياء مثل الحفلات المفاجئة أو الهدايا للآخرين التي تجعلهم يشعرون بالحماس.

وأي سر مهما كان ينبغي دائماً مشاركته والإفصاح عنه في النهاية.



ماذا يقول الآباء عن حديث "البنطال"

منذ أن أطلقنا حديث "البنطال"،
تحدثنا إلى العديد من الآباء
والأمهات الذين أجروا هذا
الحديث...

ند

لقد كانت السباحة فرصة رائعة استخدمتها للتحدث مع ابنتي البالغة من العمر ست سنوات. بدأت بسؤالها حول سبب اختلاف ملابس سباحة الأولاد عن ملابس الفتيات، وقد أفضى ذلك إلى محادثة حول الخصوصية، وهو ما كان بمثابة نقطة بداية جيدة أنطلق منها لفتح موضوع دقيق وحساس بسهولة.

والدة كاثرين





إذا حدث ما لا يمكن تصوره
وتجاوز شخص ما الحدود
البدنية مع ابنتي، فهل ستعرف
ماذا تفعل؟ هل ستخبرني؟
هل ستعرف أصلاً أنه كان أمرًا
خاطئًا؟

شعرت بالفخر الشديد بعد
أن أجرين المحادثة وبالارتياح
لأنني لم أجعلها تشعر بالخوف
أو أطلعها على أمور لا يجب
عليها معرفتها، وبأنني اتخذت
أخيرًا خطوة مهمة لمساعدتها
في الحفاظ على سلامتها. لهذا
السبب أريد أن يبدأ جميع الآباء
حديث "البنطال".

والدة مابل

أكثر من

400000

**والد ووالدة أجروا
حديث "البنطال"،
ولذلك نحن متأكدون
من فعاليته**



لقد وجدت أن هذه الرسائل
الواضحة قد منحتني الثقة
والقدرة للحديث مع طفلي البالغ
من العمر خمس سنوات. لقد
فهم ما كنت أقوله له، بل لقد
جعلني أضحك في أحد الأيام بعد
المدرسة عندما وقف وقال بفخر
"أعلم أن ما تحت بنطالي خاص
وقد أخبرت معلمي بذلك!"

والدة سام



أحسنتم صنعاً!

عندما تبدئون في إجراء حديث "البنطال" مع أطفالكم، فإنكم تتخذون بذلك خطوات مهمة لمساعدتهم في الحفاظ على سلامتهم، وينبغي أن تشعرُوا بالفخر لأنكم تقومون بأمر رائع.

لكن تذكرُوا أنه ليس حديثاً لمرة واحدة. فمن الأفضل أن تكون هذه المحادثات قصيرة ومتكررة وأن تكييفوها لتناسب أطفالكم مع تقدمهم في السن، لأن ذلك سيساعد في تعزيز الرسائل والتأكد من أنهم يتذكرونها. ما عليكم سوى اختيار اللحظات التي تشعرُونَ أنها مناسبة لكم.



قد يكون لدى أطفالكم بطبيعة الحال بعض الأسئلة

لكن لا تقلقوا، يمكننا مساعدتكم في الإجابة عليها. ويمكنكم العثور على المزيد من المعلومات والدعم حول حديث "البنطال" على الموقع

nspcc.org.uk/pants

تحدثوا معنا

إذا احتجتم إلى التحدث، فنحن هنا على مدار الساعة و اليوم. اتصلوا بنا على الرقم 0808 800 5000 أو راسلونا على البريد الإلكتروني

help@nspcc.org.uk

احصلوا على دليل حديث "البنطال" المناسب لكم

لدينا مجموعة من أدلة وكتيبات حديث "البنطال" للآباء ومقدمي الرعاية والأطفال، بما في ذلك أدلة وكتيبات بعدد من اللغات المختلفة وأدلة وكتيبات للأشخاص ذوي الإعاقة.

* دليل لمقدمي الرعاية التربوية

* دليل لآباء الأطفال الذين يعانون من صعوبات التعلم

* دليل لآباء الأطفال المصابين بالتوحد

* فيلم للأطفال الذين يعانون من الصمم

يمكنك إيجاد هذه الموارد على الموقع nspcc.org.uk/pants

معًا يمكننا مساعدة الأطفال الذين تعرضوا للإيذاء
لإعادة بناء حياتهم. معًا يمكننا حماية الأطفال
المعرضين للخطر. ومعًا يمكننا أن نجد أفضل الطرق
لمنع تعرض الأطفال للإيذاء.

لكننا لا نستطيع فعل ذلك دون مساعدتكم ودعمكم.
وكل جنيه تجمعه، وكل عريضة توقعونها، وكل دقيقة
من وقتكم تمنحونها، ستساعدنا في أن نكافح من أجل
الحفاظ على سلامة كل الأطفال وأمنهم.

nspcc.org.uk



الجمعية الوطنية لمكافحة القسوة ضد الأطفال 2017 © NSPCC
مسجلة من قِبل لجنة المؤسسات الخيرية في إنجلترا وويلز برقم
216401. اسكتلندا J20171066. الرسوم التوضيحية
من إعداد جيمي تامس.