

ظاهرة التحرش في المجتمع العراقي

ندوة علمية تقيمها

وحدة الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

كيفية مساعدة الطفل في حماية نفسه من التحرش

مقدمة :

أشارت دراسات أميركية إن 20% من الفتيات و8% من الأولاد يتعرضون للتحرش الجنسي قبل أن يتموا عامهم الـ18.

و تقع في :

* المدرسة

- أو منازل الأصدقاء والأقارب
- أو حتى داخل المنزل من أحد أفراد الأسرة.

• اشارت المجموعة الوطنية لعلاج صدمات الأطفال NCTSN الأميركية :

- إن أكثر من نصف حالات التحرش الجنسي للأطفال تكون من الأقارب أو شخص معروف لأفراد العائلة، كصديق الأسرة أو أحد الجيران
- وبحسب مجلس حماية الطفل أن 95% من حالات التحرش الجنسي للأطفال تكون من شخص ذي معرفة مسبقة بالطفل.
- لذلك فإن تعليم الطفل كيفية حماية نفسه هو أمر غاية في الأهمية، حيث لا يمكنك مراقبته طوال الوقت. لكن يمكن تدريبه على حماية نفسه، خاصة أن الأطفال ربما لا يعرفون معنى وتبعات التحرش الجنسي، لكنهم يشعرون جيدا بأن شيئاً ما غير مريح يتعرضون إليه.

اهم خطوات المساعدة في حماية الطفل نفسه من التحرش تتمثل بالاتي :

• 1-تسمية المناطق الشخصية بأسمائها

- كلما بادرت بالحديث مع طفلك عن حدود جسده زادت قدرته على حماية نفسه من اللمس غير المرحب به.
- يجب تعليم الطفل أسماء أعضاء جسده بصورة جادة لا مجال للمزاح أو التذليل فيها، و عليك تجنب تسميتها بأسماء مستعار، حتى لا يشعر الطفل بالعار من أجزاء جسده.

ملاحظة مهمة :

يتسم الشخص المتحرش بالجبن الشديد، فإذا أدرك أن الطفل سوف يصف لأهله ما تعرض له بوضوح سيخشى التعرض له.

٢ - حدود الجسد:

تعليم الطفل أنه ليس لأي شخص الحق في لمس مناطقه الشخصية، سواء من الأقارب أو شخص غريب أو طفل آخر، وأن إظهار هذه المناطق لا يحدث دون وجود أحد الأبوين وفي حالات خاصة مثل كشف الطبيب.

ويجب أن يعرف الطفل أنه لا يحق لأي شخص أن يطلب منه إظهار هذه المناطق من جسده، أو لمسها أو التقاط صورة لها، أو رؤية أعضاء شخص آخر أيضاً، وإذا قام أحدهم بذلك عليه رفض هذا لفظاً والخروج من المكان على الفور، وإبلاغ أحد من شبكته الآمنة مباشرة كالأب أو الأم.

٣- التمييز بين اللمس الآمن والمخيف

لمس الطفل من أبويه يعلمه الفرق بين اللمس الآمن والمخيف الذي يسبب له إزعاج، وهو ما يمكنه من التعرف أنه غير مرتاح في حالة التعرض له، وتعليمه أن من حقه الرفض والصراخ للإبلاغ عن اللمسة غير المريحة (التي تثير لديه القلق او الخوف).

٤- طلب الإذن قبل لمسه:

- تعليم الطفل أن جسده ملكه هو فقط، ومن حقه أن يتم إستأذانه قبل لمسه من الأقرباء والغرباء، سواء كان العناق او التقبيل ، فكما للكبار الحق في الموافقة قبل لمسهم فكذلك الطفل أيضا، هذا الأمر يعزز معرفته بحدوده الشخصية و حدود الآخرين معه.
- يبدأ هذا من البيت فيمكنك تعويده على ذلك بطلب إذنه قبل عناقه أو تقبيله واحترام إذا رفض ذلك دون إبداء أي نوع من الانزعاج من قراره، أو إجباره على العناق،.

٥- علمه أن يقول "لا"

يجب تعليم الطفل حقه في الاعتراض وقول "لا"

في حالة رفضه لأي موقف غير مريح له

واحترام ذلك دون تخويفه، وهو ما عليه فعله إذا شعر بعدم الأمان عند لمس أحدهم له ولا يخاف من قول "لا" حتى للأشخاص البالغين والمقربين .

قول (لا) من أهم عناصر توكيد الذات .

٦- تكوين شبكة أمنة له:

* شعور الطفل بالأمان لا يولد من موقف أو موقفين، ولكنه يبني منذ سنوات الطفل الأولى ويعزز بالوقت، بوجود رابط آمن للطفل، واستقبال كلامه دون عقابه، أو إبلاغ شخص آخر عما قاله دون إذنه يعزز إحساسه بالأمان، ويمكنه من البوح لأحد البالغين في حالة تعرضه للخطر.

- ببلوغ الطفل ثلاث سنوات يجب أن يكون له شبكة أمنة مكونة من خمسة أشخاص من العائلة، ويفضل أن يكون أحدهم ليس من العائلة، قد يكون المعلم أو الاختصاصي النفسي في مدرسته، وهم من يمكن للطفل إبلاغهم بأي شيء حدث دون خوف حتى لو تعرض لتهديد من طفل آخر أو من شخص بالغ.

٧- لا وجود للأسرار:

73% من الأطفال ضحايا التحرش الجنسي لا يبلغون أحدا بما حدث لمدة عام على الأقل، بحسب هاف بوست الأمريكية.

و45% يكتُمون ما حدث لمدة خمسة أعوام، ولهذا يجب تأكيد أهمية إبلاغ الكبار عن أي شيء يحدث، وطمأنة الطفل أنه في أمان مهما قال.

التفرقة بين الأسرار السعيدة مثل حفل عيد الميلاد المفاجئ لأخيه، وكيف يمكنه حفظ هذا السر، وبين الأسرار السيئة إذا آذاه شخص ما وطلب منه الكتمان، فيجب أن يعرف أن هذا ليس سرا وعليه الإبلاغ بهذا فورا.

٨- علامات الخوف الجسدية:

تعليم الطفل أن يثق في حدسه عندما يشعر أنه غير آمن بلمس أحدهم له، ومن حقه أن يعترض على هذا بقوله نسا "لا أريد أن تلمسني"، سواء كان لقريب أو شخص غريب عنه.

- وكذلك علميه الفرق بين الإحساس بالأمان والخوف بضرب الأمثلة، وذلك بسؤاله عما يشعر به عندما تجلس بجانبه قبل نومه، وهو شعور الراحة والأمان، وعما يشعر به إذا فقدك عند التسوق، وهو شعور الخوف
- مناقشة علامات جسده التي تخبره أنه ليس آمنا وهي:

الشكر الجزيل لحسن الاصفاء

تحيات :

أ.م.د اسماء عبد الحسين محمد

-
- ١- عرق جبهته.
 - ٢- رغبته في البكاء.
 - ٣- ضربات قلب سريعة.
 - ٤- قشعريرة في جسده.
 - ٥- الشعور بالغثيان في بطنه.
 - ٦- العزلة.
 - ٧- عدم الرغبة في الكلام.