

الحفاظ على أطفالك سالمين

- ← تحدث مع أطفالك بصدق وصراحة عن أهمية كونهم سالمين
- ← كن منشغلاً ومشاركاً فعلاً في حياة أطفالك.
- ← تأكد بأنك على علم بمكان وجود أطفالك في كل الأوقات.
- ← تأكد من أن أطفالك يعلمون مكان وجودك في كل الأوقات وكيفية الاتصال بك إذا احتاجوا إليك.
- ← دع أطفالك يعلمون بأنهم يستطيعون التحدث إليك دائماً عن أي شيء.
- ← علم أطفالك ماذا تعني كلمات «سالم» و «غير سالم».
- ← علم أطفالك عن أجسامهم والأسماء الصحيحة لأعضائهم الجسدية.
- ← ناقش مع أطفالك الطرق المختلفة التي يشعروا جسداً من خلالها أننا غير سالمين (كركبة في البطن أو تعرق في اليدين أو تسارع في دقات القلب أو الشعور بالخوف).
- ← شجع أطفالك على طرح أي أسئلة أو إثارة المسائل التي تقلقهم إذا كانوا في وضع لا يشعرون فيه بالإرتياح.
- ← دع أطفالك يعلمون أنه من المقبول منهم أن يقولوا «لا»- حتى للبالغين.
- ← علم أطفالك أن يتقوا بمشاعرهم.
- ← بيّن لهم الفرق بين اللمس «الجيد» (مثل الدغدغة والعناق) و اللمس «السيئ» (مثل لمس الأعضاء الخصوصية، اللمس في الوقت و المكان الذي لا يرغب الشخص أن يتم لمسه فيه).
- ← بيّن لهم الفرق بين الأسرار «الجيدة» (مثل هدايا أعياد الميلاد المفاجئة) و الأسرار «السيئة» (مثل أن يسيء شخص ما لطفل ثم إخبار الأطفال بأن لا يبلغوا أحداً بذلك).
- ← دع أطفالك يعلمون أنه لا ينبغي عليهم أبداً الحفاظ على سر يدركون أنه أمرٌ خاطئٌ أو أنه يثير مشاعر الخوف لديهم.
- ← إخلق دائرة أمان و سلامة لأطفالك عن طريق مساعدتهم في تحديد بعض البالغين الموثوقين (مثل أحد الوالدين أو مدرس أو جار) الذين يمكن لهم التحدث إليهم دائماً لطلب المساعدة.
- ← أخبر أطفالك أنه إذا وقعوا في مشكلة أو إذا أساء شخص ما إليهم بأي طريقة كانت فإن عليهم دائماً إبلاغ البالغين في دائرة الأمان و السلامة الخاصة بهم و أن يكرروا الإبلاغ حتى يتم القيام بشيء حيال الموضوع.
- ← تأكد من أن أطفالك يعلمون أن بإمكانهم الإتصال بهاتف رقم 000 عند الطوارئ.
- ← قدّم لأطفالك سيناريوهات و استراتيجيات. مثلاً- إذا كنت تمشي إلى المدرسة في يوم من الأيام و كان شخصٌ ما يتبعك فاركض بأسرع ما يمكنك إلى دكان أو مكان يتواجد فيه أناس و اطلب المساعدة. إذا حاول شخصٌ ملامسة أعضاءك الخصوصية فأنظر إليه في عينيه و قل له «لا» بصوتٍ عالٍ و استمر في أن تقول «لا» ثم اهرب منه و أخبر شخصاً بالغاً في دائرة الأمان و السلامة الخاصة بك.
- ← أشرف على أطفالك بشكلٍ لائق في الأماكن العامة و رافقهم إلى الحمامات العامة و على وسائل النقل العام و في غيرها من الأماكن العامة.
- ← علم أطفالك بأن يظلوا سالمين على الإنترنت و أن يستخدموا التكنولوجيا بأمان.
- ← أخبر أطفالك بأن لا يعطوا بياناتهم الشخصية بدون موافقتك.



child abuse
prevention service

مركز منع الإعتداء على الطفل

للحصول على الدعم المجاني والسري للوالدين
ومقدمي الرعاية اتصلوا بهاتف رقم

02 9716 8000

www.childabuseprevention.com.au