



حماية أطفالنا

دليل لأولياء الأمور ومقدمي الرعاية للأطفال الصغار.
يقدم لك هذا الكتيب كلمات بسيطة لاستخدامها في المنزل،
مع طفلك ومع البالغين الآخرين في حياة طفلك، للحفاظ
على سلامة الأطفال.

مبادرة مشتركة من



تُقر شركة GENWEST بدعم حكومة ولاية فيكتوريا



نبذة عن المؤلفين

تعمل **Body Safety Australia** على تعزيز طفولة خالية من العنف حيث يتمتع الأطفال بعلاقات عادلة ومحترمة.

نقدم برامج قائمة على الأدلة للأطفال والشباب والأسر والمجتمعات للمساعدة في منع العنف ضد الأطفال في المنزل والمدرسة، سواءً على أرض الواقع أو عبر الإنترنت.

للمزيد من المعلومات، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني
www.bodysafetyaustralia.com.au

تعمل **GenWest** على منع العنف الأسري والعنف القائم على النوع الاجتماعي في غرب ملبورن والتصدي لهما.

ندعم الأفراد والمجتمعات ليعيشوا حياة آمنة وصحية من خلال برامج التثقيف الاجتماعي والصحي.

كما ندعم البالغين والأطفال الذين يعانون من العنف الأسري لضمان سلامتهم والحصول على المساعدة التي يحتاجونها.

للمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة genwest.org.au



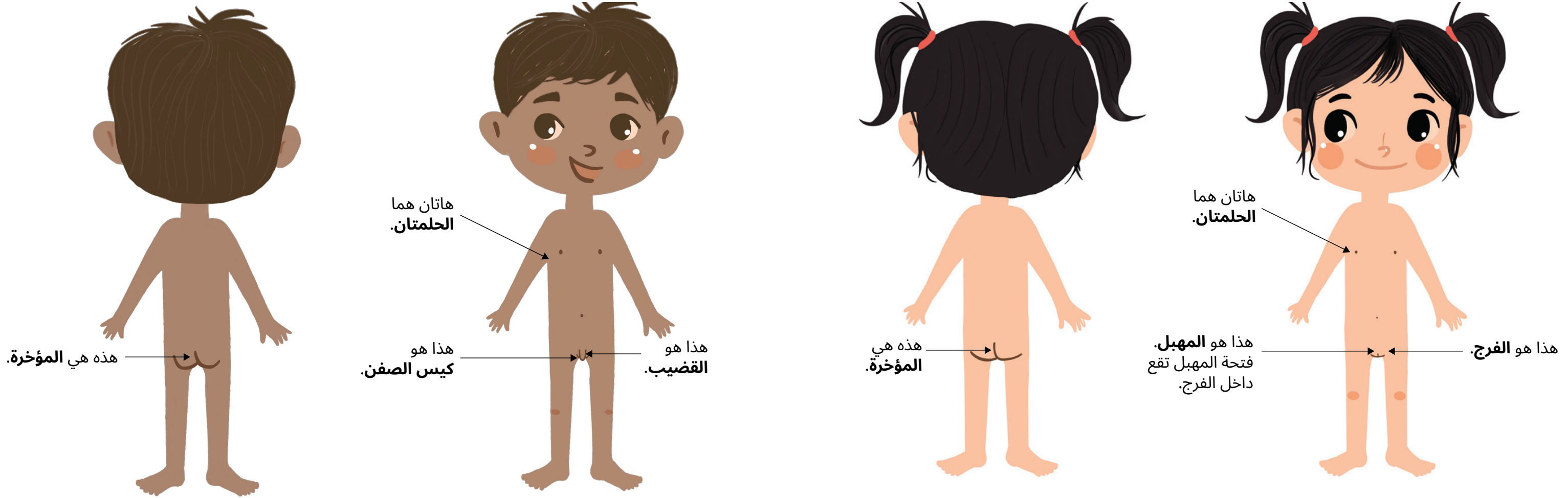
التحدث إلى الأطفال الصغار

يكون الأطفال في أمان عندما يتحدث معهم الكبار باستمرار عن حقوقهم ويستمعون إليهم. يقدم هذا الفصل كلمات بسيطة يمكن للوالدين استخدامها مع الأطفال الصغار في المنزل.

أجزاء الجسم

المفهوم 1

عندما يتعرف الأطفال على المصطلحات الطبية التي قد يستخدمها الطبيب لوصف أجسامهم، يصبح بإمكانهم التحدث وإخبار شخص بالغ موثوق به إذا شعروا بأي مشكلة.



ملاحظات

نصوص الوالدين

نستأذن قبل التقاط صور لجسمكم أو وجوهكم. لا نلتقط صورًا للأجزاء الخاصة من الجسم.

هل تستطيع غسل جسمك بنفسك؟ هل يمكنك غسل الذراعين والبطن والقضيب أو الفرج والحلمتين والمؤخرة؟ جميع أجزاء جسمك هي لك.

نستخدم الأسماء الطبية الصحيحة لأجزاء الجسم في عائلتنا. معرفة الكلمات الصحيحة للجسم تحافظ على سلامتك.

عندما يفهم الأطفال معنى الشعور بالأمان في أجسامهم، يصبح بإمكانهم تمييز الأشخاص الآمنين وطلب المساعدة عند الحاجة.



نص الوالدين

المشاعر الآمنة تُشعرك بالراحة في جسمك. قد تشعر بنبضات قلبك بطيئة وثابتة. قد تشعر معدتك بالهدوء والاسترخاء. قد ترغب في الابتسام أو الضحك.

توجيهات للوالدين

أشعر بالهدوء والدفع في جسمي. كيف تشعر بجسمك الآن؟

هل يمكنك رسم ما تشعر أنه آمن في جسمك؟

مشاعر عدم الأمان

المفهوم 3

عندما يستطيع الأطفال ملاحظة مشاعر عدم الأمان في أجسامهم، يمكنهم التعرف على علامات التحذير المبكرة والمضي نحو الأمان.



نص الوالدين

قد تبدو مشاعر عدم الأمان مخيفة. قد تشعر باضطراب في المعدة. قد ينبض قلبك بسرعة. قد ترغب في الهرب. قد تشعر برغبة في البكاء. قد تصبح ساكنًا وهادئًا للغاية.

توجيهات للوالدين

رأيت أنك تبدو خائفًا. عندما أشعر بالخوف، يرتجف جسمي ويدق قلبي بسرعة. ما الذي يحدث في جسمك عندما تشعر بالخوف؟

هل يمكنك رسم ما تشعر أنه غير آمن في جسمك؟

الأسرار والمفاجآت

المفهوم 4

عندما يتعلم الأطفال الفرق بين الأسرار والمفاجآت، تقل احتمالية إسكاتهم ويزداد احتمال إخبارهم لشخص بالغ موثوق به إذا شعروا أن هناك شيئاً ما غير طبيعي.



نصوص الوالدين والأبناء

المفاجأة هي شيء مفرح نتشاركه لاحقاً. السر هو شيء يُطلب منا ألا نبوح به أبداً. قد يجعلنا السر نشعر بالحزن أو الخوف. في عائلتنا، نحن لا نخفي الأسرار.

الطفل
أنا لا أخفي الأسرار. سأخبر الشخص البالغ الذي أثق به.

ليس عليك أبداً أن تخفي سراً. يمكنك إخباري في أي وقت. سأستمع إليك وأساعدك.

ماذا تفعل إذا شعرت أن هناك خطباً ما

المفهوم 5

عندما يتدرب الأطفال على ما يجب فعله إذا شعروا أن هناك خطباً ما، يصبحون أكثر قدرة على التحدث وطلب المساعدة مبكراً.

الوالد

إذا شعرت أن هناك خطباً ما، يمكنك أن تقول 'لا'. يمكنك إبعاد جسمك. يمكنك إخبار شخص بالغ موثوق به. هيا نتدرب معاً. لنلعب لعبة تسمى 'لا، اذهب، أخبر'.

طريقة اللعب:

يوجه الوالد نداءً للقيام بإجراء ما: لا أو اذهب أو أخبر. ينفذ الطفل الإجراء

الإجراءات:

لا! = يقول الطفل 'لا!' بصوت قوي ويرفع يده
اذهب! = يُبعد الطفل جسمه (يتراجع للخلف أو يذهب إلى مكان آمن)
أخبر! = يركض الطفل إلى شخص بالغ موثوق به ويقول 'أحتاج إلى مساعدة'



أنا بحاجة الى المساعدة!



اذهب



لا!

أخبر

اذهب

لا

يستطيع الأطفال أيضاً التعبير عن رفضهم بأجسامهم.

يكون الأطفال أكثر أمانًا عندما ندعمهم معًا

إن الحفاظ على سلامة الأطفال يتطلب شجاعة. هذا العمل ليس مخصصًا لأحد الوالدين فقط. نحن بحاجة إلى كل شخص بالغ يعتني بطفل لدعم السلامة الجسدية. العمل معًا يجعل الأطفال أكثر أمانًا.

لتقديم المفهوم

لقد اطلعتُ مؤخرًا على كيفية إيذاء بعض البالغين للأطفال. أريد أن تتعاون معًا لحماية أطفالنا. هل يمكننا التحدث عن السلامة الجسدية؟



مواضيع لبدء المحادثة

لمساعدة شريكك أو مقدم الرعاية المشترك على فهم الأهمية

أعلم أنه قد لا يبدو الأمر مهمًا، ولكنه مهم لسلامة طفلنا. سيساعده ذلك على الشعور بالأمان ومعرفة ما يجب عليه فعله.

للاتفاق على لغة مشتركة

أريد أن نستخدم ذات الكلمات فيما يتعلق بالسلامة الجسدية مع طفلنا. هل يمكننا استخدام عبارة تتعلق بالسلامة الجسدية للأطفال داخل العائلة؟

عبارة السلامة الجسدية للأطفال داخل عائلتنا
جسمك يخصك. يمكنك دائمًا اللجوء إلينا للحصول على المساعدة.



التحدث مع المسنين وأفراد العائلة الممتدة والقادة الدينيين والمجتمعيين

يكون الأطفال أكثر أمانًا عندما يتشارك الكبار من حولهم ذات اللغة. قد يكون من الصعب التحدث عن السلامة الجسدية مع كبار السن أو قادة المجتمع، خاصة عندما تكون الأفكار جديدة أو مختلفة. من خلال حوارات جريئة، يمكننا العمل معًا للحفاظ على أمان جميع الأطفال.

الترحيب بالأجداد أو المسنين - تقديم مفهوم السلامة الجسدية

نصوص الوالدين

لقد كنت أتعلم عن كيفية إيذاء بعض البالغين للأطفال. أريد أن نعمل معًا للحفاظ على سلامة طفلنا. هل يمكننا التحدث عن السلامة الجسدية؟

لقد تعلمتُ مؤخرًا كيف يستغل بعض البالغين صور الأطفال لأغراض سيئة. أريد أن أعلم طفلي أنه يستطيع رفض التقاط صورته. هل يمكننا التحدث عن الموافقة على التقاط الصور ومشاركتها؟

نرحب بقيادة الأديان والمجتمع

نص الوالدين



كلانا يريد الحفاظ على سلامة جميع الأطفال في مجتمعنا. تساعد السلامة الجسدية الأطفال على تعلم ما هو آمن وما هو غير آمن. وهذا جزء من مسؤوليتنا المشتركة لحمايتهم.

الترحيب بالأجداد أو المسنين - إذا اعترض المسن

نصوص الوالدين

أفهم أن هذا يختلف عما كنا نفعله عندما كنا صغارًا. نريد الحفاظ على سلامة الأطفال في عالم اليوم. إن استخدام هذه الكلمات يتعلق بالرعاية والحب، وليس باللوم أو الخزي.

أتفهم أن الأمر يبدو غير لائق عندما يرفض الطفل العناق والقبلات. لكن هناك طرق عديدة يُظهر بها الأطفال لنا الحب والاحترام.

الاستجابة للاعتراض

الاعتراض

لم نناقش هذه الأمور عندما كنت صغيرًا، وكنا على ما يرام.

الإجابة

لقد تغير الزمن، ويواجه الأطفال اليوم مخاطر مختلفة. نريد أن نمنح الأطفال المعرفة والأدوات اللازمة للبقاء آمنين. هذا لا يعني عدم احترام الماضي، بل هو رعاية الطفل في الوقت الحاضر. أحيانًا حدثت هذه الأشياء للناس عندما كنا صغارًا أيضًا ومن الجيد أننا نجعل الأطفال شجعان.



شارك ما تعلمته مع الأصدقاء والعائلة

لست بحاجة لأن تكون خبيراً لتشارك ما تعلمته. حتى المحادثات القصيرة مع الأصدقاء والعائلة تساعد الأطفال على البقاء آمنين.



مواضيع لبدء المحادثة

أقول لطفلي أثناء الاستحمام:
'جسمك يَخْصُك. يمكنك
دائماً اللجوء إلينا للحصول
على المساعدة.' إنه بسيط
ويساعد الأطفال على الشعور
بالأمان.

بدأنا نسأل طفلنا قبل التقاط
صور له أو مشاركتها. هل فكرت
في القيام بذلك؟

لقد تعلمت طريقة بسيطة
للتحدث مع الأطفال الصغار
عن أجسامهم. هل يمكنني
مشاركتها معك؟

لقد اطلعت على موارد
وخدمات تتحدث عن
السلامة الجسدية مصممة
لأولياء أمور الأطفال الصغار.
هل لديك رغبة في قراءتها
معي؟



رسالة بسيطة لمجموعة الدردشة المجتمعية
مرحباً بالجميع! أريد أن أشارك معكم ما نفعله للحفاظ
على أمان طفلنا. نقول له غالباً: 'جسمك يَخْصُك.
يمكنك دائماً اللجوء إلينا للحصول على المساعدة.'
إنها جمل قصيرة وسهلة وفعالة... جربوها!

انشروا الخبرا



تُقر كل من GenWest وBody Safety Australia (السلامة الجسدية في أستراليا) بأن الأرض التي نعمل عليها ونقدم خدماتنا عليها كانت وستظل دائماً أرضاً للسكان الأصليين. نقدم احترامنا لشيوخهم في الماضي والحاضر.

ونعترف بفخر بمجتمعات شعوب الأمم الأولى في جميع أنحاء Naarm، في غرب ملبورن وشعب Wurundjeri وBunurong من أمة Kulin. نُقر بتنوعهم الثقافي والتاريخي والمعارف الغنية، وبإسهامهم العميق في حياة هذه المنطقة.

كما نُقر بالآثار المستمرة للاستعمار، فضلاً عن قوة وصمود شعوب الأمم الأولى، ونُعرب عن تضامننا مع النضال المستمر من أجل حقوق الأرض وتقرير المصير والسيادة والاعتراف بمظالم الماضي.