



NEE! NEE! NEE!

**IK BESCHERM
MIJZELF TEGEN
SEKSUEEL MISBRUIK**

6-12



Dit boek is gemaakt door Association Une Vie®, onder supervisie van Eve Pilyser, klinisch psycholoog en Jungiaans psychoanalist, en Cecile Miele, psycholoog en seksuoloog.

Wanneer we klijn zijn, kunnen we
VERLIEFD ZIJN.

We zouden zelfs kusjes willen krijgen.

Wanneer we tieners worden, willen we
handen vasthouden en knuffelen.



**LIEFDEVOL ZIJN
IN LIEFDE**



Je kan houden intens van je ouders, vrienden, en zelfs je hond of kat ... maar verliefd zijn is iets anders.

Verliefd zijn betekent dat je een heel sterk gevoel ervaart voor een specifiek persoon. Je vindt deze persoon mooier en interessanter dan anderen. Je denkt heel vaak aan deze persoon, en wanneer je hem of haar ziet, klopt je hart sneller.

Soms, is liefde wederzijds, en soms niet. Wanneer liefde niet wederzijds is, kun je je een tijdje verdrietig voelen, maar je komt er altijd overheen!



Wanneer we erg groot zijn, willen we de **LIEFDE BEDRIJVEN**, omdat het heel fijn is ... zolang beide personen evenveel zin hebben.



DE LIEFDE BEDRIJVEN



De liefde bedrijven is seks hebben met iemand waar je van houdt. Het is een manier om een heel sterk moment tussen twee mensen te delen.

Om de liefde te bedrijven:

- moeten beide personen het willen;
- moeten beide personen een verlangen voor de ander voelen (wanneer de persoon waar je van houdt je aanraakt, voel je een fijne sensatie);
- moeten beide personen zich er klaar voor voelen om de liefde te bedrijven;
- in sommige landen, is het ook noodzakelijk dat de twee personen een legale leeftijd hebben bereikt.

Om uit te vinden of je er klaar voor bent om de liefde te bedrijven, je kan proberen om te praten over seks met je vriendje of vriendin, terwijl je hem of haar in de ogen aankijkt. Als je het niet kan, is het misschien te vroeg...



soms kan je voelen dat iemand veel naar je kijkt, en heel erg geïnteresseerd in je is.

Het voelt fijn, speciaal als het een jongen of een meisje is die je leuk vindt.

Het heet **VERLEIDING**.





VERLEIDING



Verleiding is een soort spelletje waarbij een persoon om een aantrekkingskracht en gevoelens uit te lokken bij een ander persoon. Je kan iemand verleiden door gebaren, woorden of door zijn of haar uiterlijk.

Sommige mensen voelen zich heel comfortabel bij verleiding, anderen minder.



Soms kun je voelen dat een ouder iemand veel naar je kijkt, en erg geïnteresseerd in je is.

Het zou een grotere broer of vader of een friend, een buurman kunnen zijn...

Het voelt zowel leuk als irritant.

Een volwassene die lichamelijk, seksueel verlangen ervaart voor een kind heet een **PEDOFIEL**.





EEN PEDOFIEL



Een pedofiel is een persoon die zich seksueel aangetrokken voelt tot een persoon die nog niet de puberteit heeft gehad.

Pedofielen kunnen tieners of volwassenen zijn, mannen of vrouwen zijn.

Sommigen voelen zich alleen aangetrokken tot kinderen, anderen voelen zich aangetrokken tot kinderen en ook tot tieners of volwassenen.



Hij of zij kan je een ongemakkelijk gevoel geven door vaak naar jou te kijken, jouw nek probeert te kussen of je rug probeert te knuffelen.

Het is raar, en niet fijn!

Door dit te doen, respecteert hij/zij jouw **PRIVACY** niet.





INTIMITÉIT



Intimiteit is een persoonlijke ruimte die je wilt beschermen voor de blik en gebaren van anderen.

De privé delen van het lichaam zijn de geslachtsorganen, de billen, en de borst van oudere meisjes. Maar het kan je ook ongemakkelijk doen voelen wanneer iemand je dijen, buik of andere delen van je lichaam aanraakt.

Als iemand je blote lichaam wil zijn, kan dit je ongemakkelijk doen voelen. Dit gevoel heet discretie, en is normaal. Het is de behoefte om je naaktheid te beschermen, om niet bepaalde delen van je lichaam te laten zien.

Lederen moet de privacy en discretie van anderen respecteren.



Het stoort je en het is erger wanneer het komt van iemand waarvan je houdt en die je vertrouwt.

Wanneer die persoon een familielid is, heet het **INCEST**.

Het doet pijn, je voelt je bedrogen en beschaamd dat je het niet aan zag komen.





INCEST



Incest is seksueel verlangen hebben voor iemand van je eigen familie: een ouder voor hun kind, een broer, een zus, een grootouder, een oom of tante.

Incestuele handelingen met minderjarigen zijn verboden door de wet. Alleen omdat iemand een lid is van je familie en van je houdt, betekent niet dat hij of zij het recht heeft om seksuele dingen met je te doen.

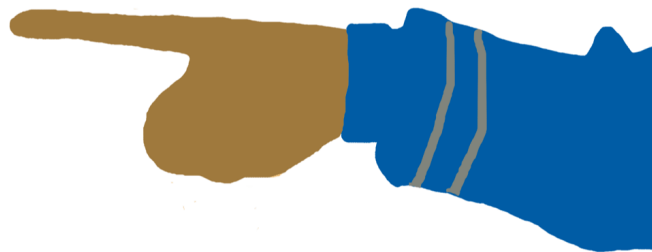
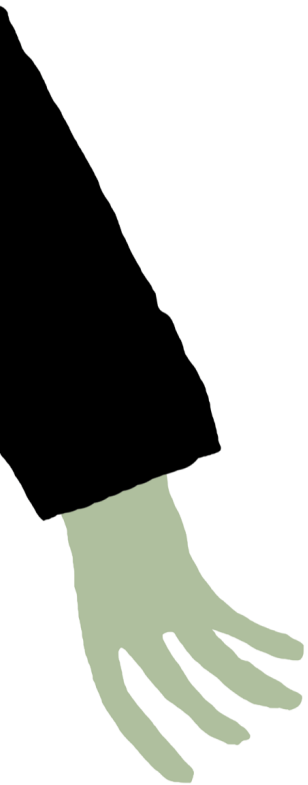
Incest is soms moeilijk om te herkennen, vooral wanneer je altijd deze handelingen hebt moeten lijden, en het is vaak heel moeilijk om erover te praten, omdat het voelt alsof we iemand van wie we houden beschuldigen.



Maar je hoeft je niet te schamen! Hij zou degene moeten zijn die zich moet schamen!

Alle geliefden-soort relaties tussen een kind en een jongvolwassene of een volwassenen zijn verboden door de **LAW!**

Het is heel erg belangrijk om, Nee! Nee! Nee! Te zeggen!





DE WET



De wet is een reeks regels die gerespecteerd moet worden:
pleeg geen moord, steel niet ...

Wetten beschermen mensen, dieren en de natuur.

Er zijn algemen wetten die gelden voor alle mensen, zoals het **Vedrag inzake de rechten van het kind**, die eist dat ieder persoon kinderen moet respecteren en beschermen. Het verbiedt, bijvoorbeeld, dat iemand een kind kan dwingen tot seks.



De tiener of volwassene zou kunnen proberen om jou te **MANIPULEREN** door je nieuwsgierig te maken: wil je niet weten hoe het is om te tongzoenen?

Nee! Nee! Nee! Niet met jou!





DE MANIPULATIE



Lemand **manipuleren** is iemand dwingen om iets te accepteren of te doen voor je eigen plezier.

De manipulator zou proberen jouw gedachten te verwarren, zodat je niet meer in staat bent om te weten wat goed is en wat fout is, wat voor jouzelf goed is en wat fijn is voor de manipulator.

Als je je gedwongen voelt om iets te doen waarvan je diep van binnen weten dat het niet goed is en je pijn zal doen, doe het dan niet.



Soms zouden tieners of volwassenen kunnen proberen om jou **PORNOGRAFISCHE AFBEELDINGEN**, te laten zien, die jou laten schrieken en jou opwinden.

Je zou ze willen zien, omdat je erg nieuwsgierig bent ... maar je moet je ervan weerhouden, omdat het je ongemakkelijk zou doen voelen en je pijn zal doen.



PORNOGRAFISCHE AFBEELDINGEN



Het is soms heel verleiding om naar **porno foto's en videos** te kijken.

Het is ook makkelijk om te geloven dat mensen op die manier de liefde bedrijven in het echte leven.

In films en tv series spelen deze acteurs rollen en doen emoties na. In porno, is dit hetzelfde. Deze acteurs die doen alsof, die een seksuele handeling optreden voor de camera, zonder genieten, zonder zachtheid, ze doen hun emoties na. Dit is niet liefde en dit is niet hoe mensen de liefde bedrijven.

In het echte leven, kost het tijd voordat mensen hun blote lichamen aan iemand anders laten zien, en kost het tijd voordat mensen andermans lichamen strelen en ontdekken. De liefde bedrijven is teder, fijn en zacht. De partners respecteren elkaar, praten en delen knuffels en kusjes.

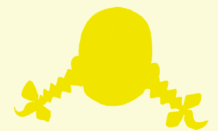


Zelfs al zweert hij of zij dat het het niet is, wat de persoon probeert te doen met jou heet niet liefde, het heet **SEKSUELE OVERTREDING**. En dit is verboden.

Volwassenen weten dat, en ze zouden nooit het gevoel moeten hebben dat ze dit kunnen doen met een kind.



SEKSUELE OVERTREDING



De wet straft **seksuele overtredingen**, of het bij kinderen of bij volwassenen is.

Bijvoorbeeld, in Frankrijk, is het verboden:

- Om seksuele afbeeldingen te laten zien aan een kind.
- om seksuele gebaren te maken naar een kind.
- OM kinderen aan te raken op de privé delen van het lichaam, zelfs als ze hebben toegestemd.
- Om iemand te dwingen seksuele dingen te doen, inclusief het gebruik van manipulatie, intimidatie of dominantie.
- Om als jij 15 of ouder bent, seks te hebben met iemand jonger dan 15, zelf als ze hebben toegestemd.



Je zou het altijd, altijd, altijd delen met een vertrouwelijke volwassene.

Zelfs als iemand jou deed doen beloven om het **GEHEIMEN te houden, zelfs als die persoon jou bedreigt of als hij/zij huilt en je smeekt: je moet praten!**





DE GEHEIMEN



Soms zou de persoon die kinderen aanraakt op hun privé gedeeltes, een kind kunnen vragen om het niet te vertellen aan iemand anders, omdat ze weten dat het verboden is.

Je moet het verschil tussen **goede en slechte geheimen** leren.

Een goed geheim maakt je blij (een verjaardagsfeestje voor een vriend voorbereiden ...) en behoudt hun privacy (geheime tuin); een slecht geheim maakt je ongelukkig en geïsoleerd (niet zeggen dat iemand je heeft geslagen ...)



PRATEN is heel erg moeilijk, het vraagt heel veel moed ... maar alle kinderen hebben die moed en jij ook - Ik beloof het je!

PRATEN is de enige manier om de persoon die je pijn doet te laten stoppen; jij en misschien andere kinderen van jouw leeftijd of jonger.





PRATEN



Het is som moeilijk om te weten of een gebaar normaal is of verboden is. Als je diep van binnen voelt dat een gebaar je ongemakkelijk doet voelen, dan zal je erover moeten **praten**.

Om te praten, moet iemand eerst weten met wie te praten. Je kan praten met iemand die je vertrouwt: een leraar, jouw ouders, jouw oom, een grootvader, een dokter, een politieagent ...

Soms geloven sommige volwassenen kinderen niet, en soms behandelen ze hun als leugenaars. Raak niet ontmoedigd. Praat met andere volwassenen, totdat je een vindt die je gelooft.



Als je het deelt met een volwassene die niet luistert of niet reageert zoals hij moet, kun je de **HULPLIJN of jouw land bellen.**





HULPLIJN



In bijna alle landen in de wereld, is er een gratis **telefoonnummer** die je kan gebruiken om te praten met een vertrouwelijke volwassene.

Je kan bellen om te praten over iets dat je is overkomen, of over iets dat is gebeurd bij een kind dat je kent en dat hulp nodig heeft.

Je kan de kindershulp van jouw land vinden op de volgende website **www.childhelplineinternational.org**

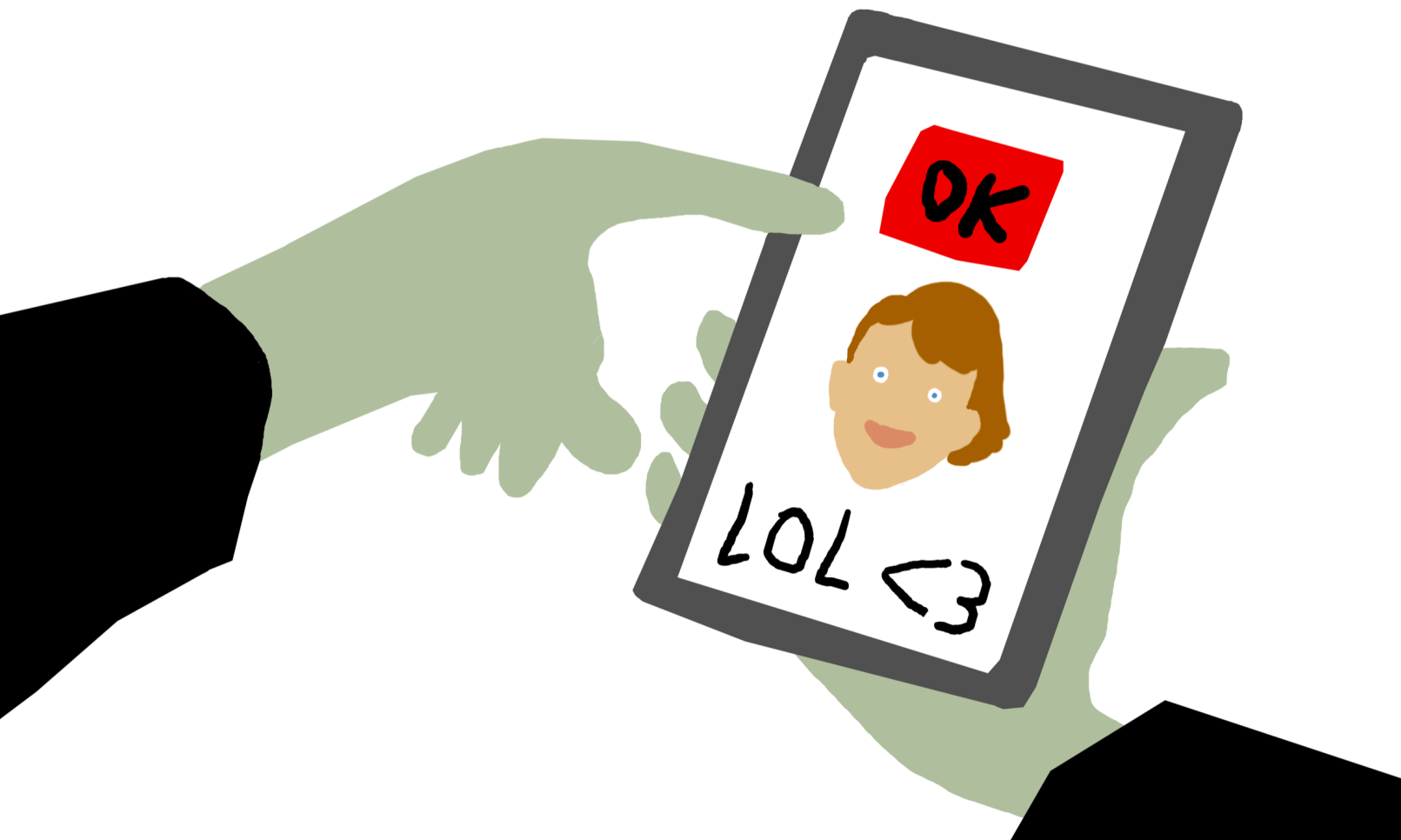
In Nederland : **0800 0432** (De Kindertelefoon)



Soms doen volwassenen zich voor als tieners op het **INTERNET**, en ze doen erg goed alsof in hoe ze praten en denken.

Ze gebruiken nep namen en neppe foto's. Iederen zou er voor vallen!

Dat is waarom je nooit persoonlijke informatie online moet geven.





INTERNET



Het **Internet** is geweldig, het helpt je om heel veel dingen te leren.

Het is ook een plek waar we geloven veilig te zijn, omdat we achter een scherm zitten. Maar helaas zijn er veel mensen met verkeerde bedoelingen op het internet en ze zijn vaak moeilijk te ontdekken.



Om valkuilen te voorkomen, zonder toestemming van jouw ouders:

- geef nooit je achternaam;
- geef nooit je adres;
- geef nooit de naam van je school;
- geef nooit je wachtwoord;
- stuur nooit een foto of video van jou of jouw vrienden;
- doe nooit de webcam aan;
- vermijd het geven jouw geheimen of openbaar maken van je privacy.



Niemand heeft het recht om een foto of video van jou op het internet te zetten zonder dat jij dat weet of toestemming hebt gegeven.

Niemand heeft het recht om je te chanteren: "Als je niet doet wat ik je vraag, zal ik iedereen die foto van je laten zien, ik zal iedereen vertellen wat jij me hebt verteld ..."

Wetten gelden ook online. Bijvoorbeeld, om een kind seksuele dingen te vertellen of te laten zien is verboden op straat, thuis en ook op het **internet!**



De meeste mensen om je heen willen het beste voor jou, en zullen je nooit pijn doen.

Maar sommige mensen van jouw leeftijd of ouder zouden kunnen proberen om misbruik te maken van je onervarenheid door hun eigen verlangens aan jou op te leggen.

Als dit je gebeurt, zou je je niet te hoeven schamen, zijn zijn degenen die beschaamd moeten zijn!

Je zou hard en duidelijk, zonder twijfel: **Nee! Nee! Nee!** moeten zeggen.



JA



Oké, dus wanneer is het OKÉ om **JA** te zeggen?

Je kan **JA** zeggen wanneer je toestemt, wanneer je je zelfverzekerd voelt en wanneer je het echt wilt doen.

Je kan **JA** zeggen wanneer je je gerespecteerd voelt, en wanneer je je vrij voelt om **NEE** te zeggen op ieder moment, als je je ongemakkelijk voelt omdat dingen te snel gaan.

Je kan **JA** zeggen wanneer je echt blij bent om **JA** te zeggen.



Dit verhaal is een cadeau van **Association Une Vie®**.

Association Une Vie® zet zich in voor het bevorderen van respect tussen mensen en het stimuleren van de vervulling van individuele personen en hun gemeenschap. Dit bevat het verstrekken van bewustzijnsinhoud om kinderen te beschermen voor het risico van seksueel misbruik.

To find out more, visit **1vie.org**

Teksten door Sebastien Brochot.

Illustraties door Luc Desportes.

Met dank aan Eve Pilyser (klinisch psycholoog, Jungiaans psycho-analit, lid van de French Society of Analytical Psychology, lid van de Association of the Jungian Psychoanalysts and Psychotherapists) en Cecile Miele (psycholoog en seksuoloog bij het onderzoekscentrum voor diegene die werken met daders van seksueel geweld (CRIAVS) en bij het ziekenhuis in Clermont-Ferrand).

2016 © Association Une Vie®

2019 © Association Une Vie®