



¡NO! ¡NO! ¡NO!

ME PROTEJO DEL ABUSO SEXUAL

6-12



Este libro fue producido por la Asociación Une Vie®, bajo la supervisión de Ève Pilyser, psicóloga clínica y psicoanalista jungiana, y de Cécile Miele, psicóloga y sexóloga.

Cuando uno es pequeño, uno puede tener
AMOR.

¡Puede que incluso quieran besarse!

C u a n d o n o s c o n v e r t i m o s e n
adolescentes, queremos tomarnos de las
manos y abrazarnos.





Estar enamorado



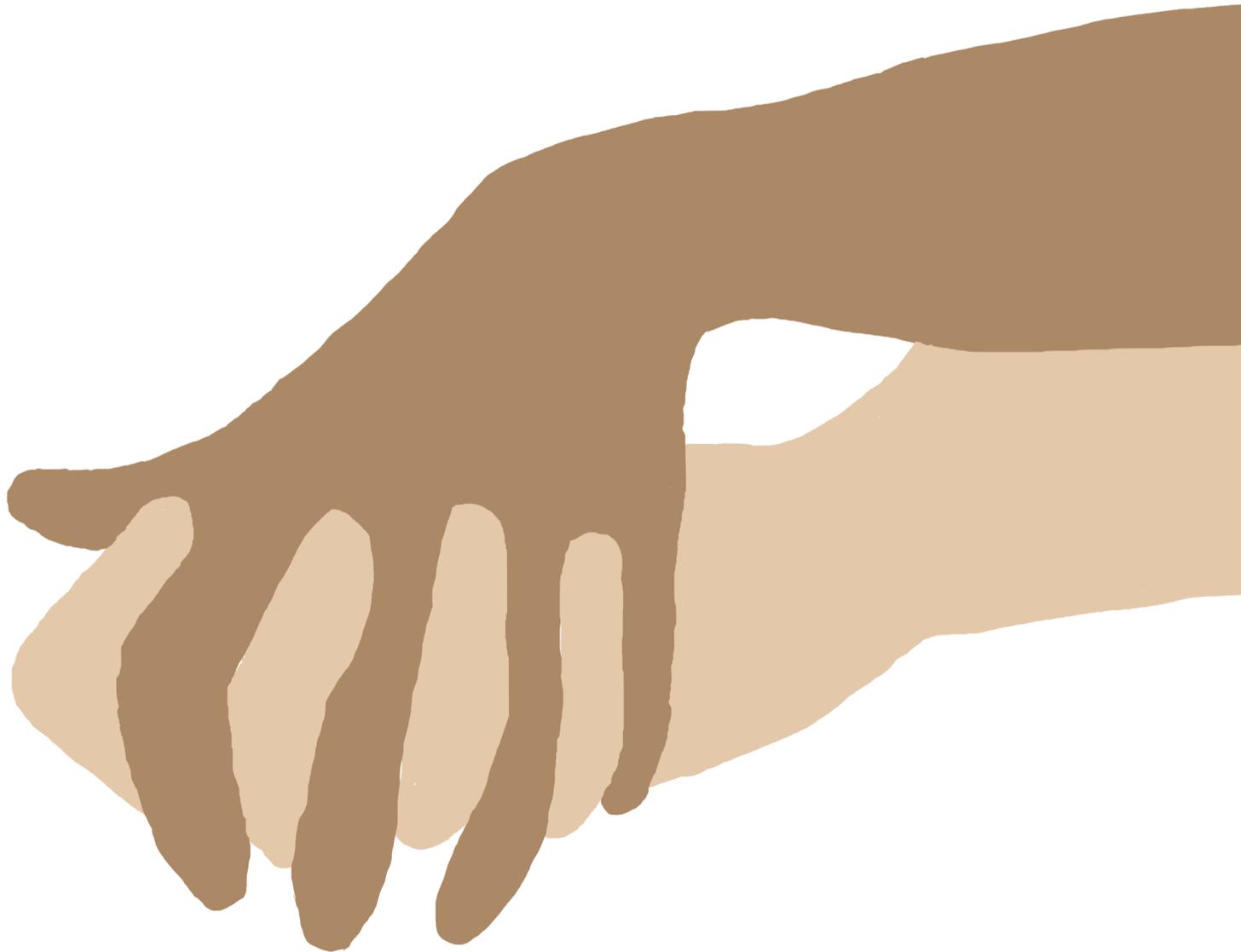
Podemos amar a sus padres, a sus amigos, e incluso a su perro o gato ... pero estar enamorado es otra cosa.

Estar enamorado es un sentimiento muy fuerte para una persona en particular. Encontramos a esta persona más hermosa e interesante que las otras. A menudo pensamos en esta persona, y cuando la vemos, su corazón empieza a latir más rápido.

El amor es a veces recíproco y a veces no. Cuando el amor no es recíproco, nos puede entristecer por un tiempo, ¡pero aún nos estamos recuperando!



Cuando uno es realmente grande, uno quiere **HACER EL AMOR**, porque es muy agradable ... ¡a condición de que las dos personas quisieran tanto uno como el otro!





HACER EL AMOR



HACER EL AMOR es tener una relación sexual con alguien que amas. Es una forma de compartir un momento muy fuerte entre dos personas.

Para hacer el amor, hay que:

- que ambas personas quieren;
- que ambas personas sienten el deseo de la otra persona (cuando la persona que amamos nos toca, sentimos un calor muy agradable);
- que ambas personas se sienten listas para tener sexo;
- en algunos países, ambas personas también deben haber alcanzado la mayoría de edad legal para el consentimiento.

Para saber si estamos listos para tener relaciones sexuales, podemos tratar de hablar sobre la sexualidad con su amante al mirarlo directamente a los ojos. Si no lo logramos, es porque todavía puede ser demasiado temprano ...



A veces puedes sentir que alguien te está mirando mucho, y que está realmente interesado en ti.

Es muy agradable, especialmente si te gusta un niño o una niña!

Se llama **SEDUCCIÓN.**



SEDUCCIÓN



La seducción es un tipo de juego en el que una persona busca despertar la atracción y los sentimientos en otra persona. Uno puede seducir a alguien con gestos, palabras o su apariencia.

Algunas personas se sienten muy cómodas con la seducción, otras menos.



A veces puedes sentir que alguien mayor que tú te está mirando mucho, y que está realmente interesado en ti.

Podría ser el hermano mayor o el padre de un amigo, un vecino...

Es agradable y embarazoso a la vez.

Un hombre o una mujer que experimenta deseo físico y sexual por un niño se llama **PEDOPHILE.**



UN PEDÓFILO



Un pedófilo es una persona púberes que se siente atraída sexualmente por una persona que no es púberes.

Los pedófilos pueden ser adolescentes o adultos, hombres o mujeres.

Algunos sólo se sienten atraídos por los niños, otros por los niños y también por los adolescentes o adultos.



El/ella puede hacerte sentir incómodo/a mirándote con demasiada frecuencia, tratando de besarte en el cuello o acariciándote la espalda.

Es realmente raro, y no es muy agradable!

Al hacerlo, no respeta tu **INTIMIDAD.**



LA PRIVACIDAD



La privacidad es un espacio personal que queremos proteger de la mirada y los gestos de los demás.

Las partes íntimas del cuerpo son el sexo, las nalgas y en las niñas grandes el pecho. Pero también puede sentirse incómodo si alguien toca sus muslos, estómago o cualquier otra parte de su cuerpo.

Si alguien quiere ver tu cuerpo desnudo, puede hacerte sentir incómodo. Es normal, ese sentimiento se llama modestia. Es la necesidad de proteger la desnudez, no querer mostrar ciertas partes del cuerpo.

Todo el mundo debe respetar la privacidad y la modestia de los demás.



Esto molesta y duele aún más cuando viene de alguien que amas y en quien confías.

Cuando se trata de alguien de tu familia, se llama **INCESTE**.

Te duele, te sientes engañado y avergonzado de no haber visto nada antes.



EL INCESTO



El incesto es el deseo sexual de un miembro de la familia: un padre para su hijo, un hermano, una hermana, un abuelo, un tío o una tía.

La ley prohíbe el incesto en menores de edad. El hecho de que alguien sea tu familia y te ame no significa que tenga el derecho de hacer cosas sexuales contigo.

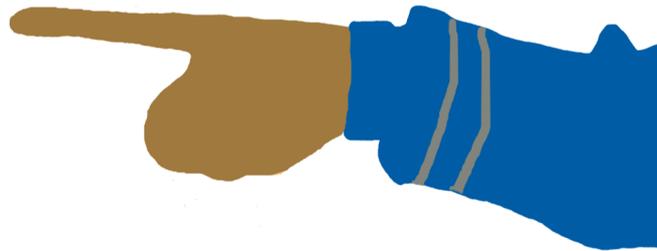
A veces es difícil reconocerlos, especialmente cuando siempre ha estado sujeto a estos actos, y a menudo es muy difícil hablar de ellos, porque da la sensación de acusar a alguien que amas.



**¡Pero no es tu lugar para avergonzarte!
¡Es de él/ella!**

**Todas las relaciones amorosas entre un
niño y un gran adolescente o adulto están
prohibidas por **LEY!****

**Es absolutamente necesario decir:
¡No! ¡No! ¡No!**





LA LEY



La ley es un conjunto de reglas que todo el mundo debe respetar: no matar, no robar...

Las leyes sirven para proteger a los seres humanos, los animales o la naturaleza.

Hay leyes universales que se aplican a todos los seres humanos, como la **Convención Internacional sobre los Derechos del Niño**, que obliga a todos los seres humanos a respetar y proteger a los niños. Por ejemplo, prohíbe a cualquier persona obligar a un niño a tener relaciones sexuales.



El adolescente o adulto puede tratar de **MANIPULARTE** despertando tu curiosidad: ¿no quieres saber lo que se siente al besarte con la lengua?

¡No! ¡No! ¡No! ¡No contigo!





MANIPULAR



Manipular significa presionar a otra persona para que acepte o haga algo por su propio placer.

El manipulador malintencionado tratará de confundir tus ideas, para que no sepas demasiado sobre lo que está bien o mal, lo que es bueno para tu propio bien y lo que le agrada.

Si te sientes obligado a hacer algo, pero en el fondo sabes que no está bien y que te hará daño, no lo hagas.



A veces, el adolescente mayor o adulto puede tratar de mostrarle **IMÁGENES PORNOGRÁFICAS**, que impactan y excitan.

Tal vez quieras decir que sí, porque tienes mucha curiosidad por ver... pero tienes que resistirte, porque te haría sentir incómodo y te haría daño.



IMÁGENES PORNOGRÁFICAS



A veces es muy tentador ve **fotos y videos pornográficos**.

También puede creer que la gente hace el amor así en la realidad.

En las películas y series de televisión, son actores que interpretan papeles, que simulan emociones. En el porno, es lo mismo. Son actores que pretenden hacer un acto sexual para la cámara, sin placer, sin ternura, simulando sus sensaciones. ¡Eso no es amor y así no es como la gente hace el amor!

En la vida real, tomamos nuestro tiempo antes de mostrarnos desnudos, tomamos el tiempo para acariciarnos y descubrir el cuerpo de la otra persona, hacer el amor es tierno, agradable y dulce. Las parejas se respetan, se hablan, intercambian caricias y besos.



Aunque él/ella jura lo contrario, lo que esa persona está tratando de hacer con usted no se llama amor, sino **INFRACCIÓN SEXUAL**. Y está prohibido.

Los adultos saben esto y nunca deben sentirse autorizados a hacerle eso a un niño.



LOS DELITOS SEXUALES



La ley castiga **los delitos sexuales**, ya sean cometidos contra niños o adultos.

En Francia, por ejemplo, está prohibido:
mostrarle a un niño imágenes sexuales;
mostrarle a un niño gestos sexuales;
tocar a un niño en las partes íntimas de su cuerpo, aunque él o ella diga que está de acuerdo;
obligar a alguien a hacer cosas sexuales, incluyendo la manipulación, intimidación o dominación;
si tiene más de 15 años, mantenga relaciones sexuales con alguien menor de 15 años de edad, aunque esté de acuerdo.



**Siempre, siempre, siempre, siempre,
siempre habla de ello con los adultos!**

**Incluso si te hace prometer guardar el
SECRETO, si te amenaza, si llora o te
ruega: ¡tienes que hablar de ello!**



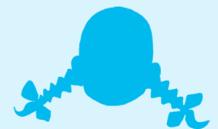
LOS SECRETOS



A veces, la persona que toca a un niño en áreas privadas del cuerpo, porque sabe que está prohibido, puede pedirle al niño que no se lo diga a otra persona

Hay que saber la diferencia entre **los secretos buenos y malos**.

Un buen secreto hace feliz a un amigo (preparar una fiesta de cumpleaños para un amigo...) o preserva su privacidad (jardín secreto); un mal secreto hace infeliz y aísla (no decir que alguien te golpeó...



HABLAR es realmente muy difícil, se necesita mucho coraje... pero todos los niños tienen ese coraje, tú también, te lo aseguro!

HABLAR es la única manera de detener al que le está haciendo daño a usted y posiblemente a otros niños de su edad o menores.





HABLAR



A veces es difícil saber si un gesto es normal o prohibido. Si se siente en el fondo de su interior que un gesto le ha hecho sentir incómodo, **hable** de ello.

Para hablar, primero necesitas saber con quién hablar. Puedes hablar con alguien en quien confías: un profesor, tus padres, tu tío, un abuelo, un médico, un policía...

Algunos adultos pueden no creerle a los niños, y a veces hasta los llaman mentirosos. No te desanimes, y ve a otros adultos, hasta que encuentres al que te creerá.



Si confías en un adulto que no te escucha o no reacciona adecuadamente, puedes llamar al **NÚMERO DE AYUDA** de tu país.



NÚMERO DE AYUDA



En casi todos los países del mundo, hay un **número telefónico gratuito** para hablar con un adulto de confianza.

Usted puede llamar para hablar sobre algo que le sucedió a usted, o algo que le ocurrió a un niño que usted conoce que necesita ayuda.

Usted encontrará el número de su país aquí:
www.childhelplineinternational.org

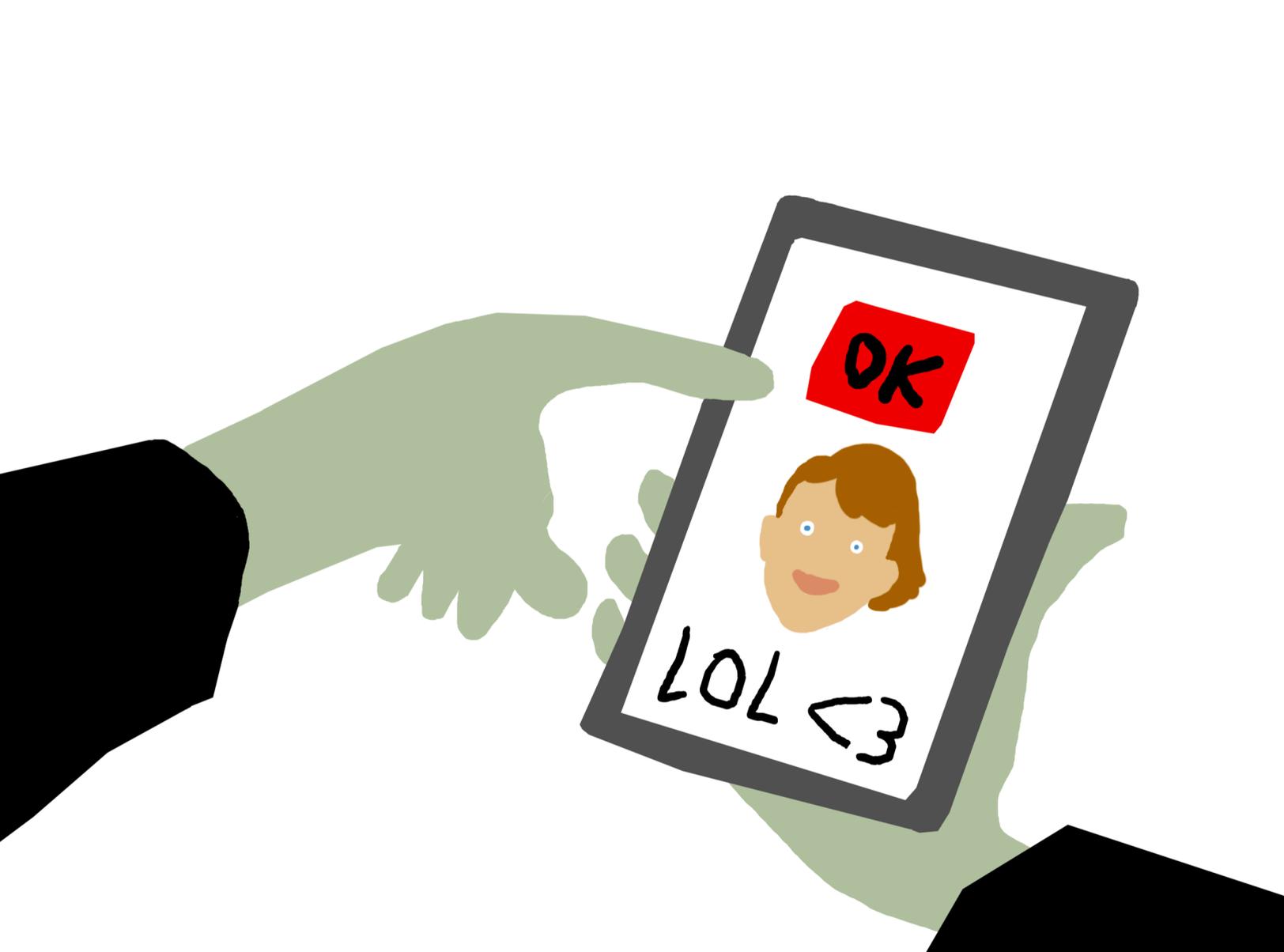
España:	900 20 20 10	o	116 111
Buenos Aires:	102		
Bolivia:	156		
Nicaragua:	133		
Paraguay:	147		
Perú:	0800 2 22 10		



A veces los adultos pretenden ser adolescentes en **INTERNET**, imitando su manera de hablar y pensar muy bien.

Usan nombres y fotos falsos. Cualquiera sería atrapado!

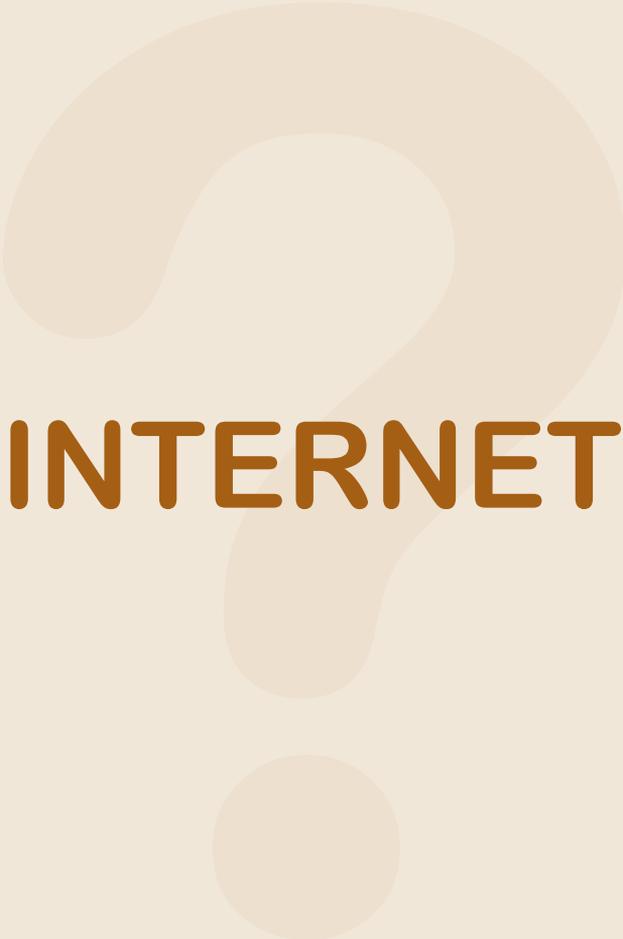
Por lo tanto, nunca debe dar información personal en Internet.



OK



LOL <3



INTERNET



El **Internet** es grande, es una gran manera de aprender toneladas de cosas!

También es un lugar donde crees que estás a salvo, porque estás detrás de una pantalla. Desafortunadamente, sin embargo, hay muchas personas no deseadas en Internet y a menudo es difícil encontrarlas.



Para evitar trampas sin el consentimiento de tus padres:

- nunca digas tu apellido;
- nunca dé su dirección;
- nunca dé el nombre de su escuela;
- nunca dé su contraseña;
- nunca envíe fotos o videos de usted o de sus amigos;
- nunca encienda la cámara web;
- no confíes tus secretos, no reveles tu privacidad.



Nadie tiene el derecho de poner una foto o video de ti en el Internet sin que tú lo sepas y lo aceptes primero.

Nadie tiene derecho a chantajearte: "Si no haces lo que te pido, te mostraré esta foto tuya a todo el mundo, le diré a todo el mundo lo que me dijiste..."

Las leyes también se aplican en Internet. Por ejemplo, ¡está prohibido decir cosas sexuales o mostrar imágenes sexuales a un niño en la calle, en casa y también en **Internet!**



La mayoría de la gente a tu alrededor quiere que seas bueno, y nunca te harán daño.

Pero algunas personas, de tu edad o mayores, pueden intentar aprovecharse de tu inexperiencia imponiéndote sus deseos.

Si esto te pasa a ti, no es tu lugar para avergonzarte, es su lugar para avergonzarse!

Debes decir alto y claro, sin vacilación:

¡No! ¡No! ¡No!



¿
Sí



Entonces, ¿cuándo podemos decir **SÍ**?

Podemos decir **SÍ** cuando estamos de acuerdo, cuando nos sentimos seguros y que realmente queremos.

Podemos decir **SÍ** cuando nos sentimos respetados, y cuando nos sentimos en libertad de decir **NO** en cualquier momento, si alguna vez nos sentimos incómodos porque las cosas van demasiado rápido.

Podemos decir **SÍ** cuando estamos realmente felices de decir **SÍ**.



Esta historia es ofrecida por la **Asociación Une Vie®**.

La Asociación Une Vie® está comprometida a promover el respeto entre los individuos y la realización del individuo y el colectivo. Esto incluye la difusión de contenidos de sensibilización para proteger a los niños del riesgo de abuso sexual.

Para más información, visite **1vie.org**

Textos de Sébastien Brochot.

Ilustraciones de Luc Desportes.

Gracias a Ève Pilyser (psicóloga clínica, psicoanalista jungiana, miembro de la Société Française de Psychologie Analytique, miembro de la Association des Psychanalysstes et Psychothérapeutes Jungiens) y Cécile Miele (psicóloga y sexóloga del Centre Ressource pour Intervenants auprès d' Auteurs de Violences Sexuelles).

2018 © Association Une Vie®