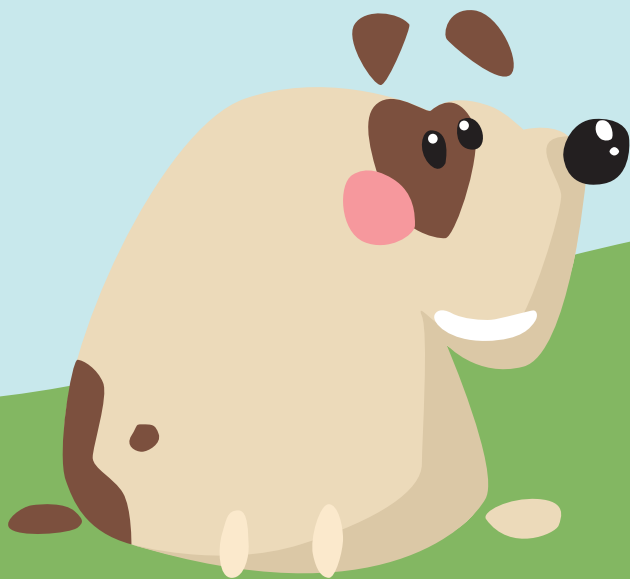
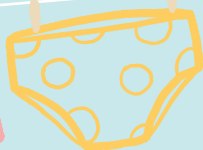
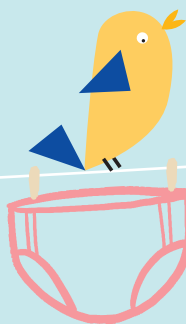


# PARLIAMONE,

Conversazioni semplici  
su argomenti difficili



PEARLS  
FOR CHILDREN

Il presente documento è stato creato da **Empowering Children Foundation (ECF)** con la collaborazione del Warsaw City Hall e messo a disposizione del progetto **PEARLS for children**, progetto europeo di lotta e prevenzione al maltrattamento infantile finanziato dal Programma Diritti, Cittadinanza e Uguaglianza (2014-2020) dell'Unione Europea.

Il Progetto è implementato in Italia (Bergamo), in Lituania (Vilnius) e in Polonia (Varsavia) da:



Paramos vaikams centras  
Children Support Centre



UNIVERSITÀ  
CATTOLICA  
del Sacro Cuore



Finanziato dal Programma  
Diritti, Uguaglianza e  
Cittadinanza (2014-2020)  
dell'Unione Europea

Copyright © 2021 Empowering Children Foundation  
Copyright © 2015 Warsaw City Hall

Graphic design: Ewa Brejanowska-Jończyk  
Editor: Sylwia Romańczak

Questo documento è stato finanziato dal Programma Diritti, Uguaglianza e Cittadinanza (2014-2020) dell'Unione Europea.

Il contenuto di questo documento rappresenta il solo punto di vista di **Empowering Children Foundation** ed è sua esclusiva responsabilità. La Commissione Europea non si assume alcuna responsabilità per l'uso che può essere fatto delle informazioni in esso contenute.

# Per aiutarti a trovare le parole giuste

Gli studi mostrano che un bambino su cinque in Europa ha subito abusi sessuali. Si stima che nella stragrande maggioranza dei casi il bambino conosceva l'autore degli abusi e si fidava di lui.

Non è possibile evitare tutte le situazioni pericolose. Tuttavia, istruendo il bambino su alcune semplici precauzioni, possiamo aiutarlo a proteggersi dagli abusi.

Vi invitiamo a visitare il sito web [gadki.fdds.pl](http://gadki.fdds.pl) (disponibile in polacco e in inglese) della campagna "PARLIAMONE: conversazioni semplici su argomenti difficili", dove potete trovare indicazioni su come proteggere vostro figlio dagli abusi sessuali.

Di solito, spiegare ai bambini come comportarsi per strada o parlare della sicurezza in casa e durante il gioco non è difficile per i genitori: lo considerano parte integrante del loro ruolo. Al contrario, per molti genitori parlare di come evitare i rischi di abuso sessuale è fonte di grande stress! Ma non deve esserlo. Può trattarsi di semplici conversazioni, durante le quali il genitore non userà il termine "abuso sessuale" e il bambino imparerà alcune regole di comportamento sicuro. Nelle pagine seguenti vi spiegheremo come fare!

# PARLIAMONE

**PARLIAMONE** è una raccolta di conversazioni su cinque semplici regole per aiutarvi a garantire la sicurezza di vostro figlio. Da queste conversazioni, i bambini impareranno ad avere il controllo del proprio corpo, di avere sempre il diritto di dire di no e di cercare aiuto quando si sentono preoccupati o turbati.

## QUANDO INIZIARE AD AVERE QUESTE CONVERSAZIONI CON VOSTRO FIGLIO?

Dipende da voi. Siete voi a conoscere meglio il vostro bambino! Saprete sicuramente quando è il momento giusto per parlargliene. Questa guida vi sarà di grande aiuto.

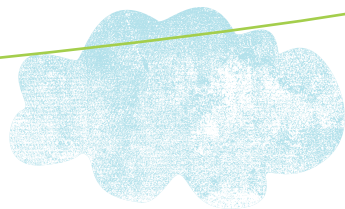
Nota per i genitori: L'interno di questa brochure è stato progettato per i bambini. Potete utilizzarla durante le conversazioni, quando sarà il momento.

## Conversazioni semplici per aiutarti a proteggere il tuo bambino dagli abusi sessuali

### IN CHE MODO AFFRONTARE L'ARGOMENTO CON IL BAMBINO?

Non pensate a queste conversazioni come a un discorso da fare una volta soltanto. È meglio invece avere conversazioni brevi, ma ripetute nel tempo. Questo aiuterà il bambino a ricordare le informazioni chiave e a seguire le regole.

- Potreste sentirvi pronti per iniziare la conversazione, ma può darsi che quello non sia il momento giusto per il bambino. In quel caso, non c'è problema: è importante non forzare il bambino ad affrontare questi argomenti. Dovrebbero invece essere conversazioni spontanee. Aspettate semplicemente che arrivi il momento giusto.
- Approfittate di situazioni quotidiane per sollevare l'argomento, offrendo semplici consigli su come evitare i rischi. Il bambino non avrà la sensazione che si tratti di un "discorso serio" o di una "predica": sarà più semplice sia per voi che per lui!



**1** Quando dici “no”, è “no”

**2** Se hai bisogno di aiuto,  
chiama qualcuno

**3** Se c'è un segreto che ti mette  
a disagio, è giusto parlarne  
con altre persone

**4** Ricordati sempre che sta a te  
decidere cosa fare con il tuo corpo

**5** Le parti intime sono protette in un  
modo speciale



## PARLIAMONE

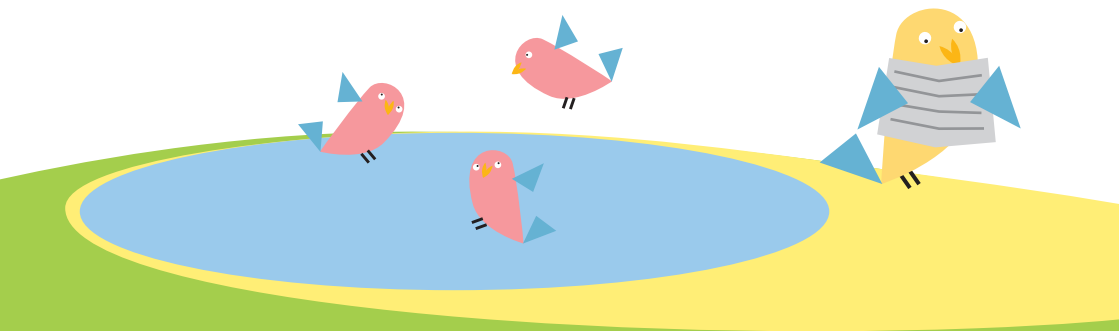
### 1 – Quando dici “no”, è “no”

Vostro figlio ha il diritto di dire di no, anche a qualcuno che conosce e che frequenta spesso, anche a un membro della famiglia. Questo messaggio deve essere accettato e rispettato dagli adulti. Vuol dire che il bambino ha la facoltà di fissare dei limiti e ha il controllo del suo corpo. A volte potrebbe essere necessario compiere delle azioni contro il volere del bambino per la sua sicurezza, ad esempio se state attraversando la strada: spiegategli perché quell'azione specifica era necessaria. Se il bambino sarà in grado di dire di no ai propri cari, sarà anche in grado di dire di no a un estraneo in una situazione di pericolo.

### 2 – Se hai bisogno di aiuto, chiama qualcuno

Questa regola fa riferimento a una minaccia diretta dove è di fondamentale importanza una risposta rapida, ossia in cui il bambino deve chiamare aiuto immediatamente. Si applica anche a situazioni che mettono a disagio il bambino e lo fanno sentire triste o spaventato. Spiegategli che deve sempre rivolgersi a un adulto di cui si fida. Ricordategli anche che non importa quale sia il problema, non è mai colpa sua e non finirà nei guai per aver chiesto aiuto. Un adulto di cui si fida può essere un parente, ma anche un insegnante, un fratello o una sorella maggiore, oppure il genitore del suo migliore amico. Può anche rivolgersi al servizio Emergenza infanzia chiamando il numero 114 o alla linea di ascolto e consulenza 1.96.96 di Telefono Azzurro.

**Nota per i genitori:** Talvolta l'adulto a cui il bambino chiede aiuto potrebbe non credergli o rispondergli in modo inappropriato. Vale la pena di spiegare a vostro figlio che, se succede qualcosa che percepisce come sbagliato o che lo mette a disagio, deve insistere nel cercare aiuto finché qualcuno non lo ascolta e non gli fornisce il giusto sostegno.



### **3 – Se c'è un segreto che ti mette a disagio, è giusto parlarne con altre persone**

Aiutate il bambino a capire che non si caccerà nei guai se desidera parlare di cose che lo mettono a disagio. Spiegategli la differenza tra i segreti “buoni” e quelli “cattivi”: alcuni segreti possono essere buoni, ad esempio un regalo di compleanno a sorpresa per un fratello o sorella; ma nessuno dovrebbe costringerlo a tenere un segreto che lo rende inquieto, triste o spaventato. Spesso chi desidera far del male a un bambino utilizza i segreti come arma. Dicendogli: “Questo è il nostro piccolo segreto!”, tentano di ridurlo al silenzio. Vostro figlio non deve avere paura, né tenere segreti che lo rendono inquieto o che lo mettono in imbarazzo.

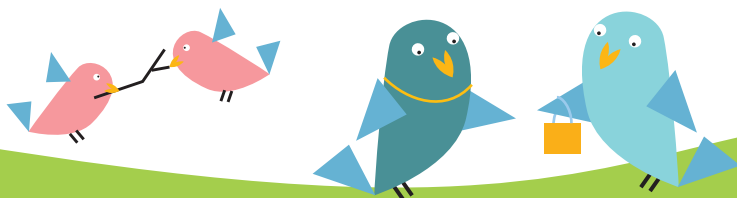
I segreti non devono mai farlo sentire a disagio.

### **4 – Ricordati sempre che sta a te decidere cosa fare con il tuo corpo**

Spiegate al bambino che nessuno ha il diritto di obbligarlo a compiere azioni che lo mettono a disagio, ad esempio toccare parti intime o abbracciare e baciare in modi che gli risultano spiacevoli o imbarazzanti. Se qualcuno cerca di farlo, deve dirlo subito a un adulto di fiducia. Il genitore dovrà fornire sostegno, ma anche aiutarlo a rafforzare i confini che decide di porre. Ad esempio, se qualcuno desidera abbracciare o baciare vostro figlio contro il suo volere, potreste rafforzare la sua risposta dicendo: “Giulia non vuole darti un bacino adesso.”

### **5 – Le parti intime sono protette in modo speciale**

Tutte le parti del corpo coperte da mutandine, pannolini o costumi da bagno sono protette in modo speciale: nessuno può chiedere a un bambino di vedere o toccare queste parti. Se qualcuno cerca di farlo, il bambino deve dire “no” e riferirlo a un adulto di cui si fida. In alcune situazioni, ad esempio durante il bagno o una visita medica, toccare le parti intime potrebbe rivelarsi necessario: in questi casi è importante spiegare al bambino il motivo per cui lo si sta facendo e chiedere il suo permesso.



## PERCHÉ LE CONVERSAZIONI SULLE CINQUE REGOLE SONO COSÌ IMPORTANTI?

Gli abusi sessuali sui minori sono un problema comune, vissuti da un bambino su cinque in Europa. Nella stragrande maggioranza dei casi, gli abusi sono perpetrati da conoscenti. Solitamente i bambini vittime di abusi non parlano a nessuno della loro esperienza.

Le conversazioni sui rischi di abusi sessuali possono risultare difficili, sia per i genitori che per i bambini: i genitori, infatti, hanno paura di spaventare o mettere a disagio i propri figli. A volte pensano che non sia ancora il momento di affrontare questo argomento. I bambini, invece, non sempre capiscono le spiegazioni dei genitori e hanno timore di affrontare questi argomenti.

Per questo vi consigliamo **PARLIAMONE**: Conversazioni semplici su argomenti difficili, cinque proposte pensate per bambini dai 4 agli 11 anni.

È davvero importante! Coinvolgendo vostro figlio in queste conversazioni, mostrandogli che può parlare con voi di qualsiasi cosa e insegnandogli a esprimere i suoi sentimenti e le sue emozioni e a dire di no, gli state insegnando a proteggersi dagli abusi sessuali.

## AFFRONTANDO QUESTI ARGOMENTI CON MIO FIGLIO, RISCHIO DI SPAVENTARLO?

I bambini hanno diritto a un'infanzia serena e sicura. I nostri consigli sono pensati per essere a misura di bambino: non desideriamo spaventarli o metterli a disagio. Non vogliamo che vostro figlio provi paura quando un adulto lo abbraccia o lo bacia. Se utilizzate un linguaggio semplice e chiaro, il bambino capirà il messaggio e seguirà le regole.

## QUESTO SIGNIFICA CHE DEVO PARLARE DI SESSUALITÀ A MIO FIGLIO?

Se pensate che il bambino non sia pronto, non dovete per forza parlare di sessualità o di regole di sicurezza. Tuttavia, se inizia a farvi domande, approfittatene per iniziare queste conversazioni. Mostrate a vostro figlio che state parlando seriamente e ditegli la verità, adattando il linguaggio in base all'età, per fargli capire che può rivolgersi a voi ogniqualvolta si sente preoccupato o a disagio.

## COSA FACCIO SE MIO FIGLIO DICE QUALCOSA CHE MI METTE A DISAGIO?

Se il bambino dice qualcosa che per qualsiasi motivo vi rende inquieti, consultate un professionista, parlate con un insegnante o uno psicologo scolastico. Non c'è niente di cui aver paura! Siamo qui proprio per aiutare i genitori ad affrontare situazioni difficili.

Se alla fine non c'è nulla di cui preoccuparsi, sarete sollevati e saprete di aver fatto tutto il possibile.

**RICORDATE:** È di estrema importanza che vostro figlio sappia di poter parlare con voi di qualsiasi cosa. In ogni caso, mostrate sempre amore e affetto al vostro bambino. Siate onesti con lui e parlategli apertamente.



# Conosci già PARLIAMONE?



- 1** Quando dici “no”, è “no”
- 2** Se hai bisogno di aiuto, chiama qualcuno
- 3** Se c'è un segreto che ti mette a disagio, è giusto parlarne con altre persone
- 4** Ricordati sempre che sta a te decidere cosa fare con il tuo corpo
- 5** Le parti intime sono protette in un modo speciale



### **1 – Quando dici “no”, è “no”**

Hai il diritto di dire di no, anche a un membro della tua famiglia o a qualcuno a cui vuoi bene. Se qualcuno ti propone qualcosa che non ti piace, che non vuoi o che ti mette a disagio, puoi dirgli “No”, “Non voglio”, “Non voglio andare lì”, ecc. Ciò che pensi e ciò che provi è importante e merita rispetto.

### **2 – Se hai bisogno di aiuto, chiama qualcuno**

Se hai paura o sei preoccupato per qualcosa, chiedi aiuto. Parla con una persona adulta di cui ti fidi di ciò che ti preoccupa o che ti mette a disagio: ti ascolterà e cercherà aiuto. Puoi parlare con qualcuno della tua famiglia, ma anche con un insegnante, con i genitori del tuo migliore amico o con un professionista.

### **3 – Se c’è un segreto che ti mette a disagio, è giusto parlarne con altre persone**

I segreti non dovrebbero renderti triste o angosciato: se succede, parlane con un adulto. Hai diritto di cercare aiuto: nessuno può costringerti a tenere un segreto che ti fa sentire a disagio.

### **4 – Ricordati sempre che sta a te decidere cosa fare con il tuo corpo**

Il tuo corpo appartiene a te e a te soltanto: nessuno può obbligarti a fare cose che ti mettono in imbarazzo. Se qualcuno lo fa, rivolgiti a un adulto.

### **5 – Le parti intime sono particolarmente protette**

Le parti del corpo coperte dalla biancheria intima sono protette in un modo speciale: nessuno può obbligarti a mostrarle o toccarle. A volte, ad esempio durante una visita medica, è necessario che i dottori, le infermiere o i genitori lo facciano, ma devono sempre spiegarti perché lo stanno facendo e chiederti il permesso.

**gadki.fdds.pl**

## Per saperne di più

Il sito web [gadki.fdds.pl](http://gadki.fdds.pl), disponibile in polacco e in inglese, fornisce ulteriori informazioni sugli abusi sessuali e offre risorse a misura di bambino per rendere la conversazione ancora più semplice.

Parla ai tuoi bambini della linea Emergenza infanzia contattabile al numero 114 o della linea di ascolto e consulenza 1.96.96 di Telefono Azzurro, che offrono sostegno e consulenza gratuita 24 ore su 24 a bambini e ragazzi garantendo l'anonimato.

Il contenuto di questa brochure è basato sui messaggi della campagna "Underwear Rule" sviluppata da NSPCC, una ONG britannica per la protezione dei bambini. [nspcc.org.uk](http://nspcc.org.uk).

[nspcc.org.uk](http://nspcc.org.uk)

# NSPCC

[gadki.fdds.pl](http://gadki.fdds.pl)



[WWW.PEARLSFORCHILDREN.EU](http://WWW.PEARLSFORCHILDREN.EU)

[info@pearlsforchildren.eu](mailto:info@pearlsforchildren.eu)

Implementato da:



Paramos vaikams centras  
Children Support Centre



UNIVERSITÀ  
CATTOLICA  
del SACRO CUORE



Finanziato dal Programma  
Diritti, Uguaglianza e  
Cittadinanza (2014-2020)  
dell'Unione Europea