



Ensenyeu “La Regla d’en Kiko” al vostre fill

S’estima que un de cada cinc infants és víctima de violència sexual, inclòs l’abús sexual. Tot i així, podeu ajudar perquè això no passi als vostres fills i filles ni als nens i nenes del seu voltant. Ensenyeu-los “La Regla d’en Kiko”.

“La Regla d’en Kiko”.



“La Regla d’en Kiko” és una guia senzilla per ajudar els pares, mares i educadors a explicar als infants on no han d’intentar tocar-los altres persones, com reaccionar si això passa i a qui dirigir-se per demanar ajuda.

Com és “La Regla d’en Kiko”? És senzilla: els infants no haurien de permetre que altres nens ni cap adult els toquessin les parts del cos que solen estar cobertes per la roba interior. Tampoc no haurien de tocar altres infants ni/o adults en aquestes zones.

Així mateix, ajuda a explicar als nens que el seu cos els pertany, que hi ha secrets bons i secrets dolents, i formes de tocar bones i dolentes.

Com ensenyar “La Regla d’en Kiko”	2
Per què “La Regla d’en Kiko”?	5
Com actuar si sospita d’un abús	6
On trobar els materials, recursos i més informació	7

Com ensenyar “La Regla d’en Kiko”.

“La Regla d’en Kiko” es va establir per ajudar pares, mares i cuidadors a iniciar una conversa amb els seus fills. Pot ser un instrument molt eficaç per protegir-los contra l’abús sexual i contra altres formes de violència sexual.

“La Regla d’en Kiko” presenta cinc aspectes importants.

1. El teu cos és teu

Hem d’ensenyar als infants que el seu cos els pertany i que ningú no pot tocar-los sense el seu permís. La comunicació oberta i directa sobre la sexualitat i les “parts privades del cos” en una edat primerenca, utilitzant els noms correctes per als genitals i altres parts del cos, ajudaran que els infants compreguin el que no està permès. Els infants tenen el dret de no voler que els facin un petó o que els toquin, fins i tot quan es tracta d’una persona que estimen. Cal ensenyar als infants a dir “No” de forma immediata i ferma a un contacte físic inapropiat, a allunyar-se de situacions no segures i a explicar les seves vivències a un adult de confiança. És important subratllar que han d’insistir-hi fins que algú els prengui seriosament.

En el llibre, la mà sempre demana permís a en Kiko abans de tocar-lo i en Kiko li dóna permís. Quan la mà vol tocar-lo dins de la roba interior, en Kiko diu “No, això sí que no”. Els pares, la família en general i els cuidadors poden utilitzar aquesta escena per explicar als infants que poden dir “No” en qualsevol moment.

2. Forma bona de tocar – forma dolenta de tocar

Els infants no sempre reconeixen les formes apropiades o inapropiades de tocar. Hem de dir als nens i nenes que no està bé que algú els miri o els toqui les parts privades, ni que els demanin que mirin o toquin les parts privades d’una altra persona. “La Regla d’en Kiko” els ajuda a reconèixer un límit evident i fàcil de recordar: la roba interior. També ajuda els adults a iniciar una conversa amb els infants. Si els nens no estan segurs si el comportament d’una persona és acceptable, hem d’assegurar-nos que sàpiguen que poden demanar ajuda a un adult de confiança.

En el llibre, en Kiko es nega que la mà li toqui dins de la roba interior. Els pares, familiars i educadors poden explicar que pot ser que alguns adults (com ara cuidadors, pares o metges) toquin els infants, però s’hauria d’encoratjar-los a dir “No” si una situació els fa sentir incòmodes.



3. Secrets bons – secrets dolents

Els secrets són una tàctica primordial de les persones que cometen abusos sexuals. Per aquest motiu és important ensenyar als fills la diferència entre els secrets bons i els dolents, i crear un clima de confiança. Els secrets que els preocupin, els facin sentir incòmodes, els espantin o els posin tristos no són bons i no haurien de guardar-los, sinó que els haurien d'explicar a un adult de confiança (un pare o mare, mestre, orientador, policia, metge, etc.).

En el llibre, la mà encoratja en Kiko a dir "no" clarament si algú vol tocar-lo de forma inapropiada. Aquesta escena es pot fer servir per explicar la diferència entre un secret bo (com ara una festa sorpresa) i un secret dolent (alguna cosa que entristeixi l'infant, o que el posi nerviós). Els pares, la família i els educadors haurien d'animar els infants a compartir els secrets dolents amb ells.

4. La prevenció i la protecció són responsabilitats de l'adult

Quan els infants són objecte d'abús senten vergonya, se senten culpables i tenen por. Els adults hem d'evitar crear tabús en torn de la sexualitat per assegurar-nos que els infants sàpiguen a qui dirigir-se si estan preocupats, nerviosos o tristos. Els infants poden percebre que alguna cosa no està bé, però pot ser que no sàpiguen com explicar-ho ni a qui dir-ho. Els adults haurien d'estar atents i ser receptius als seus sentiments i els comportaments. Hi poden haver molts motius que facin que un infant rebutgi el contacte amb un adult o amb un altre nen, fet que s'hauria de respectar. No obstant, els infants haurien de sentir que poden parlar amb els seus pares d'aquest tema en tot moment.

La mà del llibre és l'amiga d'en Kiko. Els adults hi són per ajudar els infants en la seva vida quotidiana. La prevenció de la violència sexual és la responsabilitat primordial i principal de l'adult, i és important evitar que els nens hagin d'assumir-ne tota la càrrega.





5. Altres consells útils per acompanyar “La Regla d’en Kiko”

Notificació i revelació

S’ha d’informar els infants dels adults que poden formar part de la seva xarxa de seguretat. Se’ls hauria d’animar a escollir adults en qui confiar, que estiguin disponibles i disposats a escoltar-los i a ajudar-los. Només un membre de la xarxa de seguretat hauria de viure amb l’infant; els altres haurien de viure fora del cercle familiar immediat. Els infants haurien de saber com demanar ajuda a les persones que integren aquesta xarxa de confiança.

Autors coneguts

En la majoria dels casos, l’autor és algú que l’infant coneix. És particularment difícil que els més petits compreguin que algú que els coneix pugui abusar d’ells. No oblideu el procés de preparació que utilitzen les persones que cometten abusos per guanyar-se la confiança dels nens. Hem d’acostumar els infants a informar amb regularitat els pares, mares, cuidadors i educadors de l’existència al seu entorn d’algú que els fa regals, els demana que guardin secrets o que intenta passar temps a soles amb ells. Informar els adults de tot això ha de ser una norma establerta tant a casa com a l’escola, o a qualsevol altre lloc on els infants passin un cert temps.

Autors desconeguts

En alguns casos, l’autor és un estrany. Ensenyeu als vostres fills regles simples sobre el contacte amb els estranys, com ara no pujar mai al cotxe d’un desconegut, no acceptar mai regals ni invitacions d’un estrany, etc.

Ajuda

Els infants haurien de saber que existeixen professionals que poden ser de gran ajuda (mestres, treballadors socials, defensors del poble i de la infància, metges, el psicòleg de l’escola, la policia, l’orientador escolar, etc.) i que hi ha números de telèfon gratuïts als quals poden trucar per demanar assessorament, com ara el Telèfon Europeu d’Ajuda a la Infància, el 116 111.

Per què “La Regla d’en Kiko”?

S’estima que un de cada cinc infants és víctima d’algun tipus d’abús i violència sexuals. Això passa als nens i nenes de totes les edats, races, classes socials i religions. L’autor sol ser algú que l’infant coneix i en qui confia, o bé un altre nen o un adolescent.

Vosaltres podeu ajudar perquè no li passi al vostre fill.

La clau és la bona comunicació amb l’infant, que suposa obertura, determinació, sinceritat i un ambient no intimidant.

“La Regla d’en Kiko” pot ajudar-lo.

Mai no és massa aviat per ensenyar “La Regla d’en Kiko” a un infant, perquè els abusos poden tenir lloc en qualsevol edat.

Si us sentiu incòmodes parlant d’aquest tema amb el vostre fill, recordeu que probablement sigui més difícil per a vosaltres com a adults que per a ell com a nen.





Com actuar si sospiteu d'un abús

Si sospiteu que el vostre fill o la vostra filla ha estat objecte d'abús sexual, és important que no us hi enfadeu. Heu d'evitar que senti que ha fet alguna cosa malament.

Així mateix, eviteu interrogar-lo. Podeu preguntar-li què ha passat, quan i amb qui, però no li pregunteu per què ha passat.

Intenteu no disgustar-vos davant del nen. El infants poden sentir-se fàcilment culpables i ocultar informació.

Intenteu no anticipar conclusions basades en informació escassa o poc clara. Tranquil·litzeu el vostre fill dient-li que prendreu mesures i poseu-vos en contacte amb algú que pugui ajudar-lo, com ara un psicòleg, un especialista en cures infantils, un metge, un treballador social o la policia.

El Telèfon Europeu d'Ajuda a la Infància (116 111) és un servei gratuït atès per professionals qualificats que poden oferir ajuda i orientació importants als infants i adolescents, així com als pares, mares, famílies, educadors i, en general, a qualsevol adult de forma directa o indirecta en relació amb la infància. Poseu-vos en contacte amb aquest telèfon quan sospiteu que un infant ha estat víctima de violència sexual.

On trobar els materials, recursos i més informació

El Consell d'Europa ha elaborat un conjunt de materials per ajudar les famílies i els educadors a ensenyar "La Regla d'en Kiko".

- Un vídeo animat destinat a les televisions i a internet.
- Un conte il·lustrat que els pares poden llegir als seus fills de 3 a 7 anys.
- Diversos models de cartells i postals.

De forma complementària, la Federación de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil a España (FAPMI) ha dissenyat una Guia Informativa sobre l'Abús Sexual Infantil i una Guia Didàctica per facilitar el treball amb els infants.

Tot aquest material està disponible als següents webs:

Web del Consell d'Europa sobre la campanya: www.laregladekiko.org

Web de la Federació d'Associacions per a la Prevenció del Maltractament Infantil a Espanya: www.fapmi.es

Web de l'Associació Catalana per la Infància Maltractada: www.acim.cat

"La Regla d'en Kiko" forma part de la campanya "Un de cada cinc" del Consell d'Europa per posar fi a la violència sexual contra els infants.

Per obtenir més informació sobre les altres mesures de prevenció i protecció que promovem, visiteu el web www.coe.int/oneinfive

