

Raizējos, ka es varētu piedzīvot bērnu seksuālu izmantošanu.

Ko es varu darīt?

Tev ir jāparunā ar kādu pieaugušo, kuram uzticies.

Tas var būt skolotājs, skolēnu atbalsta centra darbinieks, sporta treneris

Ja nevēlies runāt ar kādu zināmu cilvēku, vari parunāt arī ar:

Pīterboro Bērnu lietu dienestu (Peterborough Children's Services) —

01733 864180 vai 01733 864170

Kembridžšīras Bērnu lietu dienestu (Cambridgeshire Children's Services) — 0345 045 5203,

Cietsirdības pret bērniem novēršanas nacionālās asociācijas diennakts palīdzības līnija — 0800 800 5000

Līnija bērniem (Child Line) 0800 1111



Ja tev vai tavam draugam draud tūlītējas briesmas un ir nepieciešama steidzama palīdzība, zvani 999 un runā ar policiju.

Kas var notikt pēc tam, kad esmu kādam pastāstījis?

Tava rīcība ir bijusi patiešām drosmīga. Cilvēki klausīsies tevis sacītajā un paskaidros, kas varētu notikt pēc tam.

Lai lejupielādētu šo bukletu, lūdzu, apmeklē
www.peterboroughlscb.org.uk vai
www.cambslscb.org.uk vai zvani Pīterboro vai
Kembridžšīras LSCB



**BĒRNU
SEKSUĀLA
IZMANTOŠANA**

**JAUNIEŠA DROŠĪBAS
CEĻVEDIS**



1

Lai zinātu, ka kaut kas nav kārtībā, uzticies sev. Ja kāds tev liek justies nedroši, tevi iespaido vai biedē, ieklausies savos instinktos un meklē palīdzību.

2

Neuzticies nepazīstamiem cilvēkiem pat tad, ja viņi šķiet draudzīgi, un pārlicinies, ka zini, ar ko sarunājies tiešsaistē. Nekad nevienam nesniedz personīgu informāciju un nepiekrīti satikties ar cilvēku, ar kuru esi runājis tikai tiešsaistē.

3

Neļauj, lai tevi pierunā darīt ko bīstamu pat tad, ja tas šķiet jautri. Tas, kas sākotnēji var šķist satraucoši, patiesībā var būt kas daudz bīstamāks, nekā iedomājies.

CIK DAUDZ TU ZINI?

Tevi var izmantot kāds, kuru esi sastapis tiešsaistē.

Tas var būt draugs vai draugu grupa

Tas varbūt kāds, par kuru tu domā kā par savu puisi vai meiteni.

KAS VAR NOTIKT?

Viņi var izmantot gudrus trikus, lai tevi izmantotu

Viņi tev var dot naudu, narkotikas, alkoholu, dāvanas vai dāvāt pajumti un pēc tam piespiest veikt seksuālas darbības kā pateicību par to

Viņi tevi var piespiest iesaistīties bīstamās situācijās, un viņi tev var nodarīt pāri, pirms tu to apzinies.

TEV IR JĀAPZINĀS BRĪDINĀJUMA SIGNĀLI, KAD KĀDS, IESPĒJAMS, VĒLAS TEVI IZMANTOT, UN TEV ĻOTI RŪPĪGI IR JĀIZVĒRTĒ, KAM UZTICĒTIES.

Kam tu vari uzticēties?

Tā var kļūt nopietna problēma, ja šī persona sāk tevi kontrolēt, dot solījumus, kurus nevar pildīt, apdraudēt tevi, kļūstot vardarbīga, ja nedari to, ko šī persona tev liek darīt.

Seksuālu izmantošanu var piedzīvot ikviens neatkarīgi no dzimuma, vecuma vai dzīves pieredzes

Viņi, iespējams, mēģinās izolēt un nošķirt tevi no draugiem, ģimenes un citiem cilvēkiem, kuriem rūp, kas ar tevi notiek.

Sarežģījumi mājām un sajūsma par vecākiem "draugiem" nozīmē, ka dažreiz pavisam ātri Tevi var ievilkāt aizskarošā situācijā.

Sāras stāsts

"Mamma vairs nebija līdzās, tētis dzēra un mana māsa neapmeklēja skolu. Man bija 15 gadu, un es satikos ar vairākiem draugiem ārpus skolas; viņi bija vecāki. Sākumā es domāju — jauki, ka man ir vecāki draugi. Es domāju, ka viss ir kārtībā — viņi dzēra un daudz lietoja narkotikas. Domāju — ja viņi tā dara, tad jau tā drīkst. Izjutu milzīgu spiedienu iesaistīties tajā visā. Bet neviens man nepateica, ka tā nav labi. Jebkurā gadījumā sākumā viss bija labi, es varēju dabūt naudu no tēta. Pēc pāris nedēļām sāku pierast, bet naudas nepietika.

Mani jaunie draugi teica, ka tas nekas un iepazīstināja mani ar jaunu draugu. Viņi teica, ka viņam es patīku un man ar viņu vajadzētu kaut kur aiziet. Es nesapratu, kas notiek, jo biju apreibusi. Pēc tam, kad pārgulējām, es sapratu, ka mani izmantoja, bet bija jau par vēlu — es biju pieradusi pie narkotikām. Vajadzība un vēlme pēc tām kļuva arvien lielāka."