

BLITT ÁFRAM!

GEYMIÐ!

KYNFERÐISOFBELDI GEGN BÖRNUM  
Á EKKI AÐ ÞURFA AÐ EIGA SÉR STAÐ



7 SKREF  
TIL VERNDAR BÖRNUM

Leiðarvísir fyrir ábyrgt fullorðin fólk



## Hvað er kynferðisofbeldi gegn börnum?

- Börn eru fengin til að taka þátt í kynferðislegu athæfi eða leik með einhverjum sem hefur meiri völd eða er hærra settur en þau. Misnotkun á sér stað við kynferðisathöfn milli annars vegar fullorðins og hins vegar ólögráða einstaklings eða á milli tveggja ólögráða einstaklinga.
- Að neyða, þvinga, hvetja eða sannfæra barn um að taka þátt í kynferðislegum athöfnum. Að sjálfsögðu á þetta við um alla kynferðislega snertingu. Þetta á hinsvegar einnig við um athæfi sem ekki felur í sér snertingu svo sem; sýniþörf (strípihneigð), klám, í hvaða mynd sem er, gægjuþörf og kynferðisleg samskipti; hvort sem samskiptin eiga sér stað á ákveðnum stað, í gegnum síma eða Internetið.
- Reynsla sem veldur fórnarlömbunum ómældri sálarangist og kvöl.
- Glæpur sem er refsiverður samkvæmt lögum.

## Hvað er Blátt áfram?

Blátt áfram eru sjálfstæð félagasamtök og er tilgangur samtakanna að efla forvarnir gegn kynferðislegu ofbeldi á börnum. Kynferðisofbeldi gegn börnum er afar flókið vandamál og þessi bæklingur fæst aðeins við takmarkaðan hluta þessa víðtæka vanda. Upplýsingarnar sem hér er að finna koma ekki í stað ráðlegginga fagfólks heldur er þeim einungis ætlað að gefa einföld, fyrirbyggjandi ráð og benda á aðferðir sem nýtast til verndar börnum.

## Öryggi barna er ábyrgð fullorðinna

Börnum er oft kennt að verjast kynferðisofbeldi — og það er mjög mikilvægt að þau læri það — en það breytir því ekki að það er fullorðna fólkið sem ber ábyrgð á börnunum.

Við gætum þess að börnin okkar spenni öryggisbeltin í bílnum. Við leiðum þau yfir götuna. Við geymum tyf og hættulegar hreingerningavörur þar sem þau ná ekki til. Hvers vegna ættum við þá að láta þau ein axla ábyrgðina á því að koma í veg fyrir kynferðisofbeldi?

Ímyndaðu þér hversu erfitt það er fyrir barn að segja „nei“ við þjálfara sinn, kennara eða annan umsjónaraðila

## Jafnvel því fólki sem við treystum best er ekki treystandi

Börnum finnst að þau geti treyst þjálfurum sínum, kennurum og foreldum. Engu að síður er staðreyndin sú að stór hluti þeirra sem misnota börn kynferðislega koma úr þeirra röðum. Þetta er fullorðið fólk sem er í þeirri aðstöðu að geta „tælt“ börn með ástúð og athygli og gert þeim þannig afar erfitt fyrir að átta sig á því að ákveðin tegund athygli er í raun misnotkun. Þar að auki veit þetta fólk að barninu hefur verið kennt að „hlýða“ þeim. Þar af leiðandi er ekki nóg að kenna börnum forvarnir. Við verðum líka að kenna þeim — og forráðamönnum þeirra — að það er fullorðna fólkið sem ber ábyrgðina.

„Skólinn minn kennir börnum hvernig hægt er að fyrirbyggja kynferðisofbeldi. En hvað með þá fullorðnu? Eiga þeir ekki að axla meiri ábyrgð en sex ára gamalt barn?“



## 1. SKREF

# GERÐU ÞÉR GREIN FYRIR STAÐREYNDUM OG ÁHÆTTUÞÁTTUM

Staðreyndirnar eiga að ráða för þegar teknar eru ákvarðanir er varða börn — ekki skilyrðislaust traust.

---



„Við búum í svo rólegu og góðu hverfi. Ekkert af þessum börnum gætu verið misnotuð kynferðislega, er það nokkuð?“

## Það er mjög líklegt að þú þekkir barn sem hefur verið eða er misnotað kynferðislega.

Sérfræðingar áætla að ein af hverjum fimm stúlkum og einn af hverjum tíu drengjum séu misnotuð kynferðislega áður en þau halda upp á 18 ára afmælið sitt. Þetta þýðir að í öllum kennslustofum og öllum hverfum eru börn sem þjást í hljóði vegna kynferðisofbeldis.

- Ein af þremur stúlkum og einn af sex drengjum hafa orðið fyrir kynferðislegri áreitni eða ofbeldi fyrir 18 ára aldur.
- 60% þolenda segja ekki frá ofbeldinu á þeim tíma sem það á sér stað eða fljótlega á eftir.
- 30% brotþola segja aldrei frá því að brotið hafi verið á þeim.
- 80% brotþola undir 18 ára aldri eru stúlkur en 20% drengir.
- Mest hættu er á að börn séu misnotuð á aldrinum 7-10 ára eða í 34% tilvika.
- 24% tilvika fyrstu misnotkunar á sér stað þegar brotþolar eru yngri en 6 ára.
- Í 77% tilvika á fyrsta misnotkun sér stað áður en börnin ná 13 ára aldri.
- 54% brotþola verða fyrir misnotkun oftari en einu sinni.
- 84% tilvika flokkast sem gróf eða mjög gróf misnotkun.
- Karlar fremja 97% brota á stúlkum og 71% brota á drengjum.
- Konur fremja 29% brota á drengjum og 3% brota á stúlkum.

## ÞAÐ ERU TALSVERÐAR LÍKUR Á AÐ ÞÚ ÞEKKIR BARNANÍÐING

„Þetta gæti ekki gerst í minni fjölskyldu. Ég myndi sjá það ef einhver sem ég þekki væri barnaníðingur.“

Samt þekkjja 93% þolendanna þann sem beitir þá ofbeldi.

## Börnum stafar ekki mest hættu af ókunnugum heldur vinum okkar og fjölskyldumeðlimum.

- 55% þeirra sem misnota stúlkur eru karlar tengdir fjölskyldunni.
- 36% þeirra sem misnota drengi eru ókunnugir karlar.
- Stór hluti barnanna er misnotaður af eldri eða stærri börnum.
- Þeir sem misnota börn líta út eins og allir aðrir og haga sér eins. Staðreyndin er sú að þeir leggja sig sérstaklega fram um að virðast trausts verðir í þeim tilgangi að fá aðgang að börnum.
- Þeir sem misnota börn kynferðislega laðast að aðstæðum þar sem líklegt er að þeir komist í návígi við börn; s.s. í íþróttafélögum, trúarstarfi, ungmennahreyfingum, tómstundastarfi og skólum.

## 2. SKREF

# FÆKKADU TÆKIFÆRUNUM

Ef þú kemur í veg fyrir eða fækkar þeim tilvikum þar sem barn er eitt með einum fullorðnum dregur þú verulega úr hættunni á að börn séu beitt kynferðisofbeldi.

---

### Dragðu úr áhættunni. Verndaðu börn.

- Gerðu þér grein fyrir því að barnaníðingar vingast oft við „tilvonandi“ fórnarlömb sín og fjölskyldur þeirra. Þeir sækjast eftir því að taka þátt í fjölskyldulífi þeirra og ávinna sér traust og trúnað fjölskyldunnar.
- Forðastu að láta barnið vera eitt með einum fullorðnum aðila. Reyndu að sjá til þess að það séu alltaf fleiri viðstaddir.
- Farðu fram á að lagt verði blátt bann við öllum „einkatímum“ í æskulýðsstarfi svo sem trúarhópum, íþróttafélögum og klúbbum í skólum. Gakktu úr skugga um að foreldrar geti „truflað“ eða fylgst með því sem fram fer, hvenær sem er. Gakktu einnig úr skugga um að búið sé að kanna bakgrunn og sakaskrá þeirra sem er treyst til að vinna með börnum.
- Gerðu þá kröfu að þeir sem vinna með börnunum hafi fengið fræðslu og þjálfun í að koma í veg fyrir, greina og bregðast við kynferðisofbeldi gegn börnum.
- Komdu óvænt „í heimsókn“ þegar barnið þitt er eitt með einhverjum fullorðnum.
- Fylgstu mjög grannt með Internet-notkun barnsins þíns því barnaníðingar eiga oft leynileg samskipti við börn á þann hátt (persónuleg samskipti við börn í einrúmi) — með það fyrir augum að tæla þau til nánari kynna.
- Sýndu gott fordæmi með því að forðast sjálf/ur að vera ein/n með öðrum börnum en þínum eigin.





### 3. SKREF

## RÆDDU MÁLIN

Börn halda misnotkuninni oft leyndri en hægt er að fá þau til að rjúfa þögnina með því að ræða málið opinskátt.

#### Af hverju segja börn ekki frá?

- Þau eru hrædd um að valda foreldrum sínum vonbrigðum.
- Þau eru hrædd um að valda uppnámi í fjölskyldunni.
- Gerandinn hótar að vinna barninu eða einhverjum í fjölskyldunni mein segi það frá.
- Gerandinn kennir barninu um og bendir því á að það hafi tekið þátt í verknaðinum eða telur því trú um að foreldrar þess verði mjög reiðir.
- Sum börn sem ekki segja strax frá misnotkun þegar hún á sér stað í fyrsta sinn þora ekki eða skammast sín fyrir að segja frá þegar hún endurtekur sig.
- Sum börn eru of ung til að skilja hvað er að gerast. Margir gerendur telja þeim trú um að misnotkunin sé í lagi, sé skemmtilegur leikur eða spennandi „leyndarmál“.

Í yfir 80% tilfella á kynferðisofbeldi sér stað þar sem aðeins er einn fullorðinn og eitt barn eru saman.



## Kynntu þér tjáningarmáta barna

- Þau börn sem segja frá kynferðisofbeldi „opna“ sig oft við einhvern annan fullorðinn, sem þau treysta, en foreldra sína. Þess vegna skiptir höfuðmáli að þeir sem vinna með börnum hafi hlotið þjálfun í að bregðast við slíkum trúnaðarupplýsingum.
- Börn segja stundum frá „hluta“ þess sem gerðist, eða láta sem það hafi hent einhvern annan, til að kanna viðbrögð hinna fullorðnu.
- Börn „lokast“ oft og neita að segja meira ef þú bregst við af miklum ákafa eða á neikvæðan hátt.
- Ef barnið þitt segir þér ekki frá — ekki halda að það sé merki um að þú sért ekki gott foreldri.

**Ein könnun leiddi í ljós að aðeins 29% foreldra höfðu minnst á eða rætt um kynferðisofbeldi við börnin sín.**

**Fæstir þeirra minntust á að gerandinn gæti verið fullorðinn vinur eða fjölskyldumeðlimur. Þar að auki áttu umræðurnar sér oft stað allt of seint — allt að 25% af kynferðisofbeldi á sér stað áður en barnið verður 9 ára.**

## Talaðu opinskátt við barnið þitt

Heilbrigð tjáskipti geta dregið úr líkum á því að barnið þitt sé beitt kynferðisofbeldi og aukið líkurnar á að það muni segja þér frá því sé það beitt kynferðisofbeldi.

- Kenndu barninu þínu að þú berir ábyrgð á að vernda það.
- Kenndu barninu þínu að það beri ekki ábyrgð á öðrum og að því beri ekki skylda til að vernda aðra.
- Sýndu barninu þínu daglega að þú verðir ekki reið/ur yfir neinu sem það segir þér og treystir þér fyrir úr reynsluheimi sínum.
- Hlustaðu án þess að grípa fram í. Börn eiga mjög erfitt með að segja foreldrum sínum frá vandamálum sínum, erfiðum atvikum og sársaukafullri reynslu.
- Fræddu barnið um líkama sinn, um misnotkun og ræddu við það um kynlíf. Kenndu því orð sem auðveldu því að ræða kynlíf og kynferðismál við þig.
- Segðu barninu þínu að „reglurnar“ banni fullorðnum að hegða sér kynferðislega í návist barna og notaðu dæmisögur.
- Byrjaðu að ræða þessi mál þegar barnið er ungt og ræddu þau oft. Notaðu hversdagslega atburði sem kveikju að umræðum um kynferðisofbeldi.

**„Er óframfærni sonar míns eðlilegur hluti af kynþroskaaldrinum eða hefur hann verið beittur kynferðisofbeldi?“**



## 4. SKREF

# VERTU VAKANDI

Ekki búast við að barn sem hefur orðið fyrir kynferðisofbeldi sýni þess augljós merki. Þau eru oft til staðar en þú þarft að koma auga á þau.

---

### Lærðu að koma auga á vísbendingarnar.

- Líkamleg einkenni kynferðisofbeldis eru ekki algeng. Engu að síður er full ástæða til að athuga vandlega einkenni á borð við roða, rispur og bólgur í kringum kynfæri sem og allar þvagfærasýkingar. Líkamleg vandamál sem tengjast kvíða; svo sem viðvarandi maga- eða höfuðverkur getur einnig gert vart við sig.
- Einkenni tengd tilfinningum og hegðun eru mun algengari. Þau geta verið mjög misjöfn; allt frá „of fullkominni“ hegðun til skyndilegrar hlédrægni og þunglyndis eða jafnvel óútskýrðra reiðikasta, mótþróa og uppreisnar.
- Kynferðisleg hegðun og talsmáti sem er í engu samræmi við aldur ætti að hringja viðvörunarbjöllu.
- Verið engu að síður meðvituð um að hjá mörgum börnum eru bókstaflega engin sjáantleg einkenni.
- Einkenni hjá unglingum geta verið hegðun sem fullorðnir dæma sem slæma hegðun. Staldradu við áður en þú ákveður að þetta sé bara unglingahegðun, það gæti verið eitthvað á bak við það. Oft koma einkenni fram á þessum aldri sem horft er framhjá.
- Rannsóknir sýna að flestir sem eru beittir ofbeldi á barnsaldri finna leiðir til að deyta sársaukann í sjálfskaðandi hegðun, s.s. reykingum, drykkju og eiturfyjum.

Ef vart verður við líkamleg einkenni sem vekja grun um kynferðisofbeldi skal farið með barnið í skoðun á Neyðarmóttöku fyrir þolendur kynferðisofbeldis.



## 5. SKREF

# GERÐU ÁÆTLUN

Kynntu þér hvert þú átt að leita, í hvern þú átt að hringja og hvernig best er að bregðast við.

---

### Ekki bregðast of harkalega við.

Ef barnið þitt handleggsbrotnar eða fær háan hita þá heldur þú ró þinni og veist hvert þú átt að fara með barnið vegna þess að þú hefur undirbúið þig í huganum. Hið sama gildir um kynferðisofbeldi. Þín viðbrögð hafa mikil áhrif á berskjölduð börn.

- Þegar þú bregst við upplýsingunum með reiði eða vantrú þá leiðir það oft til þess að:
- Barnið „lokast“.
- Barnið breytir sögu sinni þegar það verður vart við reiði þína eða vantrú — þrátt fyrir að raunveruleg misnotkun kunni að vera í gangi.
- Barnið breytir frásögn sinni; sníður hana að spurningum þínum. Þetta veldur því að þegar það segir söguna seinna þá kann sá framburður að hljóma „æfður“. Þetta getur reynst mjög skaðlegt komi málið til kasta dómstóla.
- Barnið fyllist enn meiri skömm og sektarkennd.
- Afar fá atvik sem tilkynnt hafa verið eiga ekki við rök að styðjast.

### Veittu stuðning

Ef þú veltir tilfinningalegum viðbrögðum þínum fyrir þér — jafnvel áður en þig grunar að barnið þitt hafi verið beitt kynferðisofbeldi — muntu eiga auðveldara með að bregðast við af meiri yfirvegum og skilningi — og veita barninu meiri stuðning, ef það þarf einhvern tíma á því að halda.

- Trúðu barninu og sjáðu til þess að það viti að þú trúir því.
- Ekki spyrja spurninga. Þú munt bara rugla barnið í ríminu og koma því í uppnám. Þetta kann að gera það erfiðara að vernda barnið og gæti hugsanlega skaðað málsókn á hendur gerandanum.
- Fullvissaðu barnið um að þú berir ábyrgð á að vernda það og að þú munir gera allt sem þú getir fyrir það.
- Ef þú hefur minnsta grun um kynferðisofbeldi, innan fjölskyldu þinnar eða utan, skaltu tilkynna það tafarlaust. Öryggi barns vegur mun þyngra en þeir árekstrar sem kærur þínar kunna að valda.
- Ekki örvænta. Börn sem beitt hafa verið kynferðisofbeldi og fá sálfræðihjálp geta náð bata.

Með því að bregðast við kynferðisofbeldi gegn barni á ábyrgan hátt bjargar þú ekki aðeins því barni heldur fjölmörgum öðrum til viðbótar. Ástæðan er einföld; að baki hverjum barnaníðingi eru oft mörg fórnarlömb.

Veistu hvert þú myndir snúa þér til að fá hjálp ef barnið þitt yrði beitt kynferðisofbeldi? Veistu hvaða félag og stofnanir láta sig þessi mál varða og hvort þú þyrftir að kalla á lögregluna?

Með því að afla þér þessara upplýsinga nú þegar getur þú tryggt að mál barnsins þíns fái rétta meðhöndlun, ef það verður einhvern tíma fyrir kynferðisofbeldi.



„Ellefu ára dóttir mín sagði að maðurinn minn, stjúpfaðir hennar, læddist oft inn í herbergið hennar að nóttu til. Síðan sagðist hún hafa verið að skálda þetta allt saman. Nú næg ekki orði upp úr henni. Ég veit ekki hvað ég á að gera.“

## Lögfræðilega hliðin:

Samkvæmt 16. gr. barnaverndarlaga nr. 80/2002 ber hverjum þeim sem hefur ástæðu til að ætla að barn búi við ofbeldi eða áreitni skylda til að tilkynna það barnaverndarnefnd. Í 17. gr. sömu laga er sérstök áhersla lögð á tilkynningaskyldu þeirra sem starfa með börnum.

**Hafa skal í huga að tilkynna ber grun um misnotkun og að sá sem tilkynnir þarf ekki og má ekki hefja sjálfstæða rannsókn eða aðgerðir vegna málsins.**

Barnaverndarnefndir starfa í öllum bæjarfélögum. Nánari upplýsingar um þær má finna á heimasíðu Barnaverndarstofu, [www.bvs.is](http://www.bvs.is).

## Neyðarlínan tekur við kærnum um kynferðislegt ofbeldi gegn börnum:

- Neyðarlínan 112 — opin allan sólarhringinn — alla daga ársins. Farið er með öll samskipti sem trúnaðarmál. Þú ert kannski sá eini/eina sem talar fyrir hönd barnsins. Hringdu þótt þú sért í vafa.

## Aðrar stofnanir og félagasamtök sem geta aðstoðað börn sem hafa verið misnotuð kynferðislega:

- Hjálparsími Rauða krossins, 1717, er gjaldfrjálts sími sem er opin allan sólarhringinn fyrir þá sem þurfa aðstoð vegna depurðar, kvíða, þunglyndis eða sjálfsvígshugsana.
- Barnahús sinnir málefnum barna sem grunur leikur á að hafi sætt kynferðislegri áreitni eða ofbeldi. Sími: 530 2500.

Frekari upplýsingar um stofnanir og félagasamtök sem geta hjálpað þolendum kynferðisofbeldis og fjölskyldum þeirra er hægt að finna á [www.blattafram.is](http://www.blattafram.is).



## 6. SKREF

# FYLGDU GRUNSEMDUM EFTIR

Velferð barnsins er í húfi



„Mig grunar að barn í götunni hjá mér sé misnotað kynferðislega. Hvað á ég að gera?“

Grunur um misnotkun getur kviknað án þess að neinar sannanir séu fyrir hendi. Að öllum líkindum hikaðu við að leggja fram formlega kæru sem byggir eingöngu á því að þú hefur eitthvað á tilfinningunni. Það er því rétt að undirstrika að yfirleitt er þessi tilfinning á rökum reist. Og hvers vegna ættirðu að taka áhættu þegar öryggi og velferð barns er í húfi? Ef grunur leikur á kynferðislegri misnotkun — en nægar upplýsingar til að leggja fram formlega kæru eru ekki nægar — er hægt að:

- Hringja í barnaverndaryfirvöld í heimabæ barnsins. Fagfólkið þar aðstoðar á margan hátt; leggur mat á grunsemdir og hjálpar við til við ákvarðanir um næstu skref í málinu. Einnig er hægt að koma upplýsingum til allra barnaverndarnefnda í gegnum Neyðarlínuna 112.
- Kynna sér efni á vefsíðum Barnaverndarstofu [www.bvs.is](http://www.bvs.is) og Barnahúss [www.barnahus.is](http://www.barnahus.is).
- Tala við foreldri barnsins (svo framarlega sem hann/hún er ekki sá aðili sem þú hefur grunaðan um að misnota barnið) og afhenda þeim bæklinga og bækur um efnið. Ef hann/hún virðist ekki sýna málinu neinn áhuga né bregðast við á einn eða annan hátt getur verið að þú þurfir að snúa þér til lögreglu eða barnaverndaryfirvalda (sjá 5. skref).

Barnahús getur aðstoðað ef ekki er víska um hvort kynferðisleg misnotkun hefur átt sér stað — en það kemur ekki í staðinn fyrir formlega tilkynningu. Þú gætir þurft að taka skrefið til fulls. Ef til þess kemur bendum við á kaflann um hvert þú getur leitað eftir aðstoð í 5. skrefi. Þar er að finna upplýsingar um hvernig best er að snúa sér til að leggja fram formlega kæru.

Ef þú finnur fyrir vanmætti eða óöruggi um hvernig þú átt að bregðast við, skráðu þig á námskeiðið Verndarar barna. Námskeiðið er gagnvirkt og veitir þátttakendum þjálfun í ábyrgum viðbrögðum vegna gruns um ofbeldi og þekkingu á því hvernig öryggi barna í starfi og leik er best tryggt.

Við sjáum ekki það sem við óttumst í réttu ljósi. Óttinn grefur undan öllu okkar næmi og innsæi. Að vernda börn gegn kynferðisofbeldi og horfast í augu við misnotkun þegar hún á sér stað krefst þess að við sýnum kjark og vilja til að horfa og hlusta — ekki síst þegar það er nánast óþarilega sárt. Það krefst þess að við getum sagt: „Ég get tekist á við það sem komið getur í ljós. Ég get beðið um aðstoð og ég get komist í gegnum þetta.“

### Umsögn þátttakanda í námskeiðinu Verndarar barna:

„Við teljum þetta námskeið nauðsynlegt fyrir alla sem starfa með börnum. Námskeiðið vakti okkur til umhugsunar um málefni sem ekki hefur verið mikið rætt um. Tölur sýna svo ekki verður um villst að á Íslandi verður alltof stór hluti barna fyrir kynferðislegri misnotkun. Við lærðum á námskeiðinu að hægt er að koma í veg fyrir eða minnka áhættu á kynferðislegri misnotkun með því að fræðast, tala um þetta og útbúa stefnu-mótun og framkvæmdaáætlun fyrir okkar skóla. Námskeiðið hefur aukið meðvitund okkar og sjálfstraust gagnvart þessum viðkvæma málaflokki og vakið okkur til umhugsunar um ábyrgð okkar sem verndara barna.“

Grunnskólakennari sem sótti námskeiðið.

## MIKILVÆG SÍMANÚMER:

Neyðarlínan 112 — opin allan sólarhringinn — alla daga ársins.

Barnahús, sími: 530 2500



## Leggðu þitt af mörkum með því að bjóða fram krafta þína og veita þeim félögum sem berjast gegn kynferðisofbeldi á börnum fjárhagslegan stuðning :

- Forvarnarstarf, [www.blattafram.is](http://www.blattafram.is)
- Barnavernd, [www.bvs.is](http://www.bvs.is)
- Barnahús, [www.barnahus.is](http://www.barnahus.is)
- Rauði Krossinn, [www.raudikrossinn.is](http://www.raudikrossinn.is)
- Barnaheill, [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)
- Stígamót, [www.stigamot.is](http://www.stigamot.is)
- Drekaslóð, [www.drekaslod.is](http://www.drekaslod.is)
- Aflið, Akureyri, [www.aflidak.is](http://www.aflidak.is)
- Sólstafir Vestfjarða, [www.solstafir.is](http://www.solstafir.is)

## Notaðu rödd þína og atkvæðisrétt til að gera samfélagið öruggara fyrir börn.

- Komdu á námskeiðið Verndarar barna sem Blátt áfram halda. Markmið námskeiðsins er að veita fullorönu fólki öflugra fræðslu og markvissa þjálfun í að fyrirbyggja, þekkja og bregðast við kynferðislegri misnotkun barna af hugrekki og ábyrgð.
- Styddu lagasetningar sem miða að því að auka öryggi barna.
- Settu fram kröfu um að yfirvöld leggi meiri fjármuni í að berjast gegn kynferðisofbeldi á börnum.
- Hringdu í og skrifaðu þingmönnum.
- Skrifaðu lesendabréf og hringdu inn í spjallþætti útvarpsstöðvanna.

## 7. SKREF

# LÁTTU VERKIN TALA

## Velferð barnsins er í húfi

---

### Rjúfðu þögnina.

Ef þú hefur verið beitt/ur kynferðisofbeldi — ekki þegja. Með því að rjúfa þögnina muntu draga úr sálarangist þinni og þá fyrst munu sárin byrja að gróa. Og það sem meira er, með því að rjúfa þögnina leggur þú þitt af mörkum til að vernda önnur börn og koma í veg fyrir að fleiri börn þurfi að ganga í gegnum sömu þjáningar og þú.

Tölfræðiupplýsingar í bæklingnum: Hinn launhelgi glæpur: Kynferðisbrot gegn börnum, ritstj. Svala Ísfeld Ólafsdóttir, 2011. Háskólaútgáfan. Bæklingurinn kom upphaflega út hjá samtökunum Darkness to Light undir nafninu 7 Steps to Protect Our Children en er hér í staðfærðri útgáfu.



## 7 SKREF TIL AÐ KOMA Í VEG FYRIR, GREINA OG BREGÐAST VIÐ KYNFERÐISOFBELDI Á BÖRNUM Á ÁBYRGAN HÁTT:

- **1. SKREF: Gerðu þér grein fyrir staðreyndum og áhættuþáttum**  
*Staðreyndir — ekki góð trú — eiga að hafa áhrif á ákvarðanir þínar varðandi barnið þitt.*
- **2. SKREF: Fækkaðu tækifærunum.**  
*Ef þú kemur í veg fyrir eða fækkar þeim kringumstæðum þar sem barn er eitt með einum fullorðnum dregur þú verulega úr hættunni á að barnið þitt verði fyrir kynferðisofbeldi.*
- **3. SKREF: Ræddu málin.**  
*Börn halda ofbeldinu oft leyndu en hægt er að fá þau til að rjúfa þögnina með því að tala opinskátt um þessi málefni.*
- **4. SKREF: Vertu vakandi.**  
*Ekki búast við að merkin séu augljós hjá barni sem sætir kynferðisofbeldi. Merkin eru oft til staðar en þú þarft að koma auga á þau.*
- **5. SKREF: Gerðu áætlun.**  
*Kynntu þér hvert þú átt að leita, í hvern þú átt að hringja og hvernig þú átt að bregðast við.*
- **6. SKREF: Fylgdu grunsemdum eftir.**  
*Velferð barnsins er í húfi.*
- **7. SKREF: Láttu verkin tala.**  
*Leggðu þitt af mörkum með því að bjóða fram krafta þína og veita þeim félögum fjárhagslegan stuðning sem berjast gegn kynferðisofbeldi á börnum.*

Vertu vinur okkar á Facebook: [www.facebook.com/blattafram](http://www.facebook.com/blattafram)