



مَن الذي أنتج هذا الكتاب؟

الناشر:

منظمة كاريتاس الألمانية، جمعية مسجلة" (Caritasverband e.V.)
جمعية كاريتاس لمساعدة المعاقين والطب النفسي، جمعية مسجلة"
(Caritas Behindertenhilfe und Psychiatrie e.V.)
اتحاد المراكز الكاثوليكية للرعاية النهارية للأطفال، جمعية
مسجلة" KTK- Bundesverband e.V.
Karlstraße 40, 79104 Freiburg
40 شارع كارل شتراسه، 79104 فرايبورج



منظمة كاريتاس الألمانية، جمعية مسجلة"
الهاتف: 0761/452 200
البريد الإلكتروني: kjfg@caritas.de
www.caritas.de



جمعية كاريتاس لمساعدة المعاقين والطب النفسي، جمعية
مسجلة"
الهاتف: 0761/301 200
البريد الإلكتروني: cbp@caritas.de
www.cbp.caritas.de



اتحاد المراكز الكاثوليكية للرعاية النهارية للأطفال، جمعية
مسجلة"
الهاتف: 0761/238 200
البريد الإلكتروني: ktk-bundesverband@caritas.de
www.ktk-bundesverband.de

صدر هذا النص في شهر أكتوبر/تشرين الأول 2015 على أساس كتيب «ليس من حق أحد أن يؤلمني»
(أكتوبر/تشرين الأول 2015).

بالتعاون مع مكتب اللغة السهلة في مؤسسة دومينيوس رينجايزن فيرك.
بالتعاون مع منظمة كاريتاس في مدينة فرايبورج، جمعية مسجلة"

جسدي ملك لي.
من حقي أن أَدافع عن نفسي. من حقي أن أقول لا.
يجب عليّ أن أبلغ شخصًا بالغًا إذا كان هناك شخص ما يريد أن
يجبرني على شيء ما.



لي حق في تقديم الشكاوى.
إذا لم يحترم شخص ما حقوقي، فعندئذ يحق لي أن أتقدم
بشكاوى.

على سبيل المثال:

- إلى أمي أو أبي.
 - إلى مربياتي أو معلماتي.
 - إلى أي شخص أثق به.
- يجب أن يتم الاستماع إليّ.
يجب أن أتلقى المساعدة.

حقوقها أهمية.

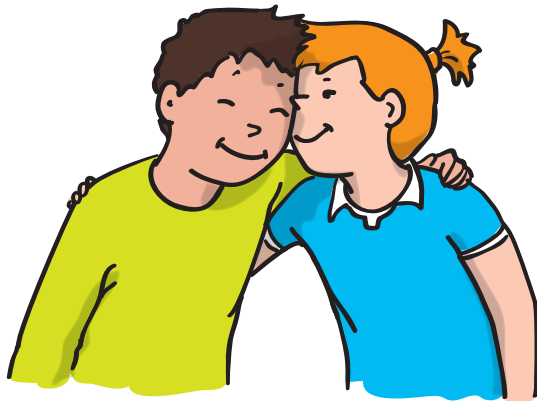
يجب احترام حقوق الأطفال.
حقوقها أيضًا يجب أن تُحترم.
يجب على والدي وجميع الكبار مراعاة حقوقي.
يجب عليهم حمايتي وغيري من الأطفال من العنف، حتى يكون
حال جميع الأطفال على ما يرام.

لي حق في الحماية.

ينيغي أن يكون حالي على ما يرام.
ليس من حق أحد أن يستغلني.
ليس من حق أحد أن يؤلمني.
ليس من حق أحد أن يعتدي عليّ.
ليس من حق أحد أن يخوّفني.
حتى الكبار الذين أحبهم لا يحق لهم أن يلحقوا بي الأذى.
حتى والداي لا يحق لهما أن يلحقا بي الأذى.
حتى مربياتي ومعلماتي لا يحق لهن أن يلحقن بي الأذى.



من حقي أن أتخذ القرار بنفسي بشأن جسدي.



أتخذ القرار بنفسي بشأن الشخص الذي أحب أن أعانقه.
ليس من حق أحد أن يقبلني إذا كنت لا أريد ذلك.
ليس من حق أحد أن بلمسني إذا كنت لا أريد ذلك.
ليس من حق أحد أن يلتقط لي صوراً أو يصنع لي فيلماً إذا كنت لا أريد ذلك.

من حقي أن أتخذ القرارات بنفسي.

رأبي مهم.
من حقي أن أقول لا.
ولكن أحياناً يمكن أن يكون الأمر أيضاً على هذا النحو:
أريد شيئاً ما، ولكن هذا غير ممكن.
وعندئذ ينبغي على الكبار أن يوضحوا لي السبب لماذا هذا الأمر
غير ممكن.



من حقي أن أشارك في اتخاذ القرارات.

من حقي أن أشارك في اتخاذ القرارات في
العديد من الأمور
في الحضانة وفي المنزل أيضاً.
من حقي أن يكون لي رأي مستقل.
أريد أن أنجز الكثير من الأمور بمفردي.
يجب على الكبار أن يدعموني في ذلك.

لي حق في أن أنعم بالأمن.

ينبغي أن أعيش حياة آمنة.
ليس من حق أحد أن يفعل شيئاً يشكل خطراً عليّ.
ليس من حق أحد أن يفعل شيئاً يضرني.
ليس من حق أحد أن يحكي للآخرين ببساطة كل شيء عني.

ما هي حقوقي؟

من حقي أن تتم معاملتي معاملةً جيدة.

يجب على الجميع أن يعطوني أهمية.
ينبغي على الآخرين أن يكونوا لطفاء معي.

من حقي أن تتم معاملتي تمامًا مثل الآخرين.

كل طفل مختلف عن الآخر.

وكل طفل جيد كما هو.

أنا جيد كما أنا.

ليس من حق أحد أن يسخر مني.

ليس من حق أحد أن يشتمني.

ليس من حق أحد أن يسيء معاملتي.



ولذلك، يجب عليّ أن أتحدث،

- إذا ما اعتدى عليّ شخص ما،
- إذا ما ألحق شخص ما الأذى بجسمي أو نفسي،
- إذا ما فعل شخص ما معي شيئاً لا أريده.
- إذا ما فعل شخص ما شيئاً يبدو غريباً بالنسبة لي.

يجب عليّ أن أحيي ذلك لشخص بالغ.

يجب ألا أخجل من ذلك.
من حقي أن يساعدني شخص ما.
يجب ألا يكون العنف سرّاً.
كل طفل له الحق في حياة خالية من العنف.

يجب عليّ أن

أحكي أيضاً إذا ما رأيت عنفاً.

أي عندما يعتدي شخص ما على طفل
آخر.
ينبغي أن يحصل الطفل الآخر أيضاً
على المساعدة.



سر كهذا يجب علي أن أحكىه لشخص آخر.

لأن هذا كله من العنف.
والعنف ممنوع!
يجب علي أن أتحدث مع شخص بالغ حول
هذا الأمر.
ولكن من الأفضل أن أتحدث مع شخص
أحبه.

من الجيد أنك أخبرتني بذلك.
سأساعدك.



على سبيل المثال:

- مع أمي أو أبي.
- مع جدي أو جدي أو عمتي أو خالتي.
- مع مربيتي أو معلمتي.

كل شكل من أشكال العنف تنطبق عليه
القاعدة التالية:
العنف محظور.

ليس من حق أحد أن يؤلمني.
يحق لي أن أحمي من دون عنف.

العنف الجنسي

هذا شكل خاص من أشكال العنف.
فهو يتعلق بجسدي في المقام الأول.

على سبيل المثال:

- شخص ما يقول لي أقوالاً مثيرة للاشمئزاز.
- شخص ما يلتقط صوراً لي وأنا عار.
- شخص ما يجبرني على لمسه أو تقبيله.
- شخص ما يلمسني، على سبيل المثال من مؤخرتي أو فرجي أو عضوي الذكري.

وأنا لا أحب ذلك على الإطلاق.

ربما يقول لي هذا الشخص بعد ذلك:
يجب ألا تخبر أحداً.
هذا سر بيننا الآن.
ولكن: هذا ليس سرًا جيدًا.



العنف النفسي

العنف يكون:

- عندما يخوّفني شخص ما.
- عندما يهددني شخص ما.
- عندما يقول شخص ما أقوالاً بذيئة لي.

على سبيل المثال:

- شخص ما يصرخ في وجهي.
- شخص ما يشتمني.
- شخص ما يهددني بعقوبة إذا لم أفعل شيئاً ما.
- شخص ما لا يهتم بي عمداً.
- شخص ما يجبرني على شيء لا أريده.

كل هذا من العنف.
ولكن تخويفي شخصاً ما
عنف أيضاً.



العنف الجسدي

العنف يكون:

- عندما يؤلمني شخص ما.
- عندما يُلحق بي شخص ما الضرر أو الأذى.
- عندما يكون هناك شخص ما قاسياً معي.

على سبيل المثال:

- شخص ما يضربني.
- شخص ما يقرصني أو يعضني.
- شخص ما يشدني من شعري.

كل هذا من العنف.
ولكن إلحاق الأذى بالآخرين
عنف أيضاً.



ما هو العنف؟

العنف يعني أن:

- شخصًا ما يفعل معي شيئًا لا أريده.
 - شخصًا ما يجبرني على شيء ما.
 - شخصًا ما يؤلمني.
- يُقال في هذه الحالة: شخص ما أوقع بي الأذى.



يمكن أن يحدث العنف بطرق مختلفة.

هناك أشكال كثيرة للعنف.

ولكن أيًا كان شكل العنف:

فالعنف دائمًا ممنوع!

ليس من حق أحد أن يؤلمني!

هناك عنف جسدي، عنف نفسي وعنق جنسي.

- لكل طفل الحق في التعلم.
- كل طفل له الحق في التعبير عن رأيه.

هناك حقوق تقول:
ما الذي يجب على الآخرين فعله من أجل الأطفال؟

على سبيل المثال:

- يجب على الكبار ضمان ألا يشعر الأطفال بالبرد في فصل الشتاء.
- يجب على الكبار أن يضمنوا ألا يجوع الأطفال.



هناك أيضًا حقوق تقول:

ما الأمور غير المسموح بها للآخرين؟

على سبيل المثال:

- يحظر على الآخرين ضرب الأطفال.

هناك أيضًا حق يقول:

لكل طفل الحق في حياة من دون عنف.

ما هي الحقوق؟



كل طفل له حقوق.

هذه الحقوق منصوص عليها في كتب القانون.

هناك حقوق تقول:

ماذا يحق لي أن أفعل كطفل؟

على سبيل المثال:

● لكل طفل الحق في الذهاب إلى رياض الأطفال
والمدرسة.

● لكل طفل الحق في اللعب.





ما المحور الذي يدور حوله هذا الكتيب؟

العنف يعني أن:

شخصًا ما يفعل معي شيئًا لا أريده.

أشعر بالاستياء من ذلك.

على سبيل المثال:

● شخص ما يضربني أو يؤلمني.

● أو شخص ما يهددني.

● أو شخص ما يلمسني على الرغم من أنني لا أريد ذلك.

توجد أشكال كثيرة للعنف.

لكن العنف ممنوع.

الأطفال على وجه الخصوص يجب حمايتهم من العنف.

الأطفال لهم حقوق خاصة.



معلومة حول النص:

نحن لا نستخدم دائمًا إلا الصيغة المؤنثة للكلمات، على سبيل المثال المربية والمعلمة. فبذلك تصبح القراءة أسهل. ولكننا نقصد دائمًا بجميع الكلمات الرجال والنساء.

محتويات هذا الكتيب:

- 4 ما هي الحقوق؟ صفحة
6 ما هو العنف؟ صفحة
12 ما هي حقوقي كطفل؟ صفحة

من حق الأطفال أن يقولوا لا!



حماية الأطفال من العنف:
معلومات بلغة بسيطة للأطفال وأولياء الأمور
والمربيات والمعلمات

