

Quello che è Importante che tu sappia sull'Abuso Sessuale.

Una guida di riferimento per i ragazzi.



INDICE

- Cosa si intende per abuso sessuale?
- Cosa significa dare il proprio consenso?
- Attenzione quindi anche a quello che succede online!
- Cosa può essere considerato abuso sessuale?
- Le richieste di aiuto a Telefono Azzurro
- Lo sapevi che...
- Come si sentono le vittime?
- Cosa potresti pensare se sei stato/a vittima di abuso sessuale:
- Ricordati che...
- Cosa fare se pensi di essere vittima di un abuso sessuale:
- Un mio amico/Una mia amica è vittima di un abuso sessuale: cosa posso fare?
- Alcune testimonianze dalla Linea 1.96.96

Cosa si intende per abuso sessuale?



L'abuso sessuale si verifica quando vieni coinvolto in attività sessuali che non desideri o per le quali non puoi o non riesci a dare il tuo consenso. O ancora, se qualcuno usa la forza fisica, il potere, il ricatto o se ti manipola, per importarti la sua volontà, impedendoti di scegliere liberamente se partecipare all'attività sessuale o intima.

L'abuso sessuale può accadere quando non viene rispettato il tuo diritto di poter scegliere per te stesso e il tuo corpo, nell'ambito della sessualità: nei rapporti intimi e sessuali ci vuole sempre il consenso delle persone coinvolte!



Cosa significa dare il proprio consenso?



Significa dare il permesso a qualcuno di fare qualcosa nei tuoi confronti.

Se durante un'attività intima non ti senti libero, ti senti costretto o minacciato, hai paura, ti senti sotto pressione o non sei in grado di capire bene cosa sta succedendo, può essere che si sta verificando un abuso sessuale.

Hai il diritto di dire no: "non voglio", "non me la sento", "non mi piace"



e, anche se in quel momento non riesci a parlare, ricorda che l'altra persona deve essere sicura di avere il tuo consenso. L'abuso sessuale si può verificare quando c'è un contatto fisico, ma anche online, oppure nel caso in cui fossi costretto/a ad assistere a un'attività sessuale di qualcun'altro. Infatti, è abuso sessuale anche se ti obbligano a scambiare foto e video intimi, oppure se ti coinvolgono senza poter scegliere liberamente in chat o videochiamate che comprendono attività e contenuti sessuali.



Attenzione quindi anche a quello che succede online!



Quando usi i Social Network, le chat, quando vai su alcuni siti...

...o quando giochi online, non sempre puoi essere sicuro di conoscere davvero la persona con cui stai parlando e spesso nella Rete si nascondono persone malintenzionate.



Inoltre, ricorda che quello che condividi e mandi potrebbe circolare contro la tua volontà

e rimanere online per molto tempo e avere delle conseguenze sulla tua reputazione.



Cosa può essere considerato abuso sessuale?



Ecco qualche esempio:



Qualsiasi tipo di rapporto sessuale, anche senza penetrazione, fatto senza il tuo consenso;



Sentirsi obbligati a inviare immagini e/o video a sfondo sessuale più o meno esplicito, oppure riceverli da qualcun altro;



Essere minacciati, forzati o costretti a coinvolgersi in attività sessuali sia nell'offline, che nell'online;



Essere obbligati da qualcuno a guardare attività sessuali, anche nell'online;

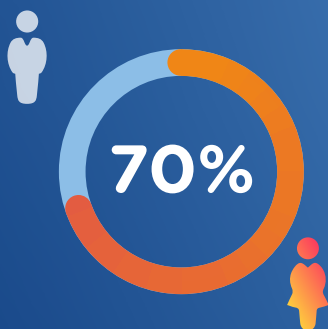


Un rapporto sessuale, dove il consenso sia ottenuto in modo forzato e manipolatorio e chi lo subisce non è in grado di esprimere la propria volontà (per es. sotto effetto di alcol o sostanze stupefacenti)

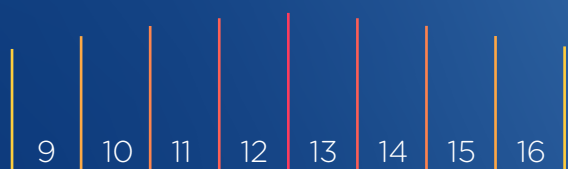
Le richieste di aiuto a Telefono Azzurro



Nel 2019, tra i casi gestiti dal Centro di Ascolto e Consulenza 1.96.96 di Telefono Azzurro, 123 comprendono, tra le diverse motivazioni del contatto, una situazione di abuso sessuale offline e 97 di abuso sessuale online.

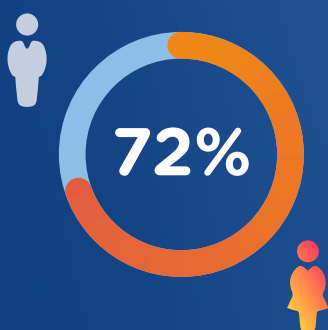


Nei casi di abuso sessuale online, quasi l'70% dei bambini e dei ragazzi coinvolti sono di genere femminile.



ETÀ MEDIA

Più di 1 vittima su 2 di abuso sessuale in Rete ha un'età compresa tra gli 11 e i 14 anni.



Nei casi di abuso sessuale offline, il 91% dei bambini e dei ragazzi coinvolti sono vittime, soprattutto di genere femminile (72%)

Lo sapevi che...



Molti casi non vengono denunciati...

18 Milioni



- In Europa quasi **18 milioni di bambini** sono vittime di sfruttamento sessuale e abuso;

- Possono essere vittime di abuso sessuale sia le ragazze che i ragazzi;

- L'abuso sessuale può essere commesso da uno sconosciuto, ma anche da qualcuno di cui ti fidi o che ami;

- Puoi essere vittima di abuso sessuale da parte di una persona del tuo stesso sesso;

- L'abuso può essere commesso sia da una persona adulta, sia da una persona minorenne;

- Può succedere anche tra partner e all'interno di una coppia.

STOP

ABUSE

(1) www.who.org

Come si sentono le vittime?



Essere vittime di abuso può generare paura e confusione

Essere vittime di abuso sessuale genera di frequente paura e confusione.

Non di rado, chi è vittima di esperienze di questo tipo si sente solo, impotente e/o ha la sensazione di essere intrappolato in un groviglio di emozioni senza saper dare un nome a ciò che prova.



Le reazioni più comuni possono essere:

- Tristezza e depressione
- Rabbia
- Senso di colpa
- Imbarazzo
- Paura
- Ansia
- Vergogna, senso di colpa
- Incubi o difficoltà nel sonno
- Difficoltà di attenzione e di concentrazione
- Difficoltà nelle relazioni con gli altri

- Mettere in atto comportamenti rischiosi nei confronti di se stessi, come per esempio farsi del male o assumere grandi quantità di bevande alcoliche o sostanze stupefacenti, per non pensare a quello che è accaduto.



Cosa potresti pensare se sei stato/a vittima di abuso sessuale:



Non sei solo e ci sono persone che possono aiutarti



“non voglio dire niente se no i miei genitori si arrabbiano”

“non posso parlarne... mi ha detto che è un nostro segreto”



“non mi crederebbe nessuno”

“ero ubriaco/a, forse me la sono cercata”



“se dico a qualcuno cosa mi è successo, posso essere punito”

“non so come spiegare quello che mi è successo”



“non sono riuscito a fermare l'altra persona, forse è stata colpa mia”

“ho fatto qualcosa di sbagliato”



“mi fidavo di quella persona, non posso tradirla”

“dovevo reagire, ma non ne sono stato capace”

Ricordati che...



Non sei solo e ci sono persone che possono aiutarti



Non è mai colpa tua e non hai fatto nulla di sbagliato, non importa cosa ti abbia detto chi ha approfittato di te;



Subire un abuso sessuale può essere davvero un'esperienza sconvolgente e terrorizzante che può rendere difficile riuscire ad opporsi ad essa;



Potrebbe succedere a chiunque di trovarsi in quella stessa situazione;



Sono diverse le reazioni e le emozioni che possono provare le vittime, e tutte sono ugualmente importanti e di valore;



Chi subisce un abuso sessuale ha il diritto di essere ascoltato, difeso ed aiutato.

Cosa fare se pensi di essere vittima di un abuso sessuale:



Essere vittima di un abuso sessuale è un'esperienza dolorosa e per questo è importante ricevere aiuto e supporto.

Per via delle tante emozioni che si possono provare in questa situazione, può essere difficile trovare il coraggio di parlarne con qualcuno. Puoi ricevere aiuto in diversi modi:

- **Rivolgendoti a una persona di cui ti fidi, un adulto per te importante o che ti aveva aiutato in passato (genitore, parente, insegnante, allenatore, educatore, ecc.) oppure un tuo coetaneo. Parlare di ciò che ti è successo, ti farà sentire sollevato perché non sarai più solo a dover affrontare una situazione così difficile;**
- **Chiamando o scrivendo a Telefono Azzurro (al numero gratuito e sempre attivo 19696 o alla chat gratuita e sempre attiva disponibile al sito www.azzurro.it): sarai accolto da operatori esperti, abituati a parlare con bambini e ragazzi, che non ti giudicheranno, ma ti supporteranno e guideranno a ricevere l'aiuto di cui hai bisogno;**
- **Contattando il Servizio 114 Emergenza Infanzia, gratuito, sempre attivo e multilingue, tramite telefono, chat, Whatsapp e APP sarai accolto da operatori esperti che ti supporteranno e ti aiuteranno e che potranno trovare l'aiuto più adeguato per la tua situazione, specialmente se ti senti in emergenza, o se temi che ciò che ti ha messo in pericolo possa accadere nuovamente.**



Ricorda: non è mai troppo tardi per chiedere aiuto!

Un mio amico/Una mia amica è vittima di un abuso sessuale: cosa posso fare?



Telefono Azzurro è sempre al tuo fianco.

1

Se pensi che un tuo amico o una tua amica sia vittima di abuso sessuale, puoi parlare con lui o con lei, riferirgli la tua preoccupazione e fargli sapere che tu ci sei in qualsiasi momento lui voglia parlare di ciò che sta vivendo.

2

Ricordati che il tuo amico o la tua amica potrebbe non voler parlare di quello che gli/le succede per paura delle conseguenze.

3

Se il tuo amico o la tua amica si confida con te, dicendoti che ha subito un abuso sessuale, tu puoi incoraggiarlo/la a parlarne con una persona adulta di cui si fida oppure a rivolgersi a un professionista esperto in grado di aiutarlo.

4

Un'altra cosa che puoi fare è rivolgerti personalmente a qualcuno di fiducia e riferire le difficoltà che il tuo amico sta attraversando, così da ricevere supporto e indicazioni su come poterlo aiutare.

5

Telefono Azzurro è sempre al tuo fianco. Nessun problema è troppo grande o troppo piccolo. Siamo qui per te 24 ore al giorno, 7 giorni a settimana, contatta telefonicamente la linea 1.96.96, oppure scrivi in chat sul sito www.azzurro.it

Alcune testimonianze dalla Linea 1.96.96:



“Mentre la mamma era al lavoro, lui stava sempre a casa. Ero piccola e iniziava sempre tutto quando mi aiutava con il bagnetto... mi toccava lì sotto... non capivo cose stesse succedendo... mi diceva che era il nostro segreto... poi crescendo ho capito che era una cosa sbagliata”.

“Stavo facendo i compiti e mio cugino oggi è entrato in camera mia e ha chiuso la porta... pensavo volesse giocare poi mi si è buttato addosso e ha provato a baciarmi... voleva levarmi i pantaloni ma sono riuscito a scappare”.

“A. mi piaceva... era da un po' che ci stavamo sentendo... ci siamo incontrati ieri ad una festa e poi ci siamo allontanati insieme... ad un certo punto mi sono sentita a disagio e volevo tornare dagli altri... lui mi ha detto di no e mi si è avvicinato... ero terrorizzata, sono rimasta immobile... speravo che finisse al più presto”.

“Ho incontrato questa persona su una chat di giochi... diceva che voleva essere mio amico e mi scriveva spesso... io ero contento, mi piacevano le sue attenzioni... dopo qualche settimana ha iniziato a chiedermi delle mie foto e se volevo andare a casa sua”.

**Giornata Europea per la Protezione dei Minori
Contro lo Sfruttamento e l'Abuso Sessuale**



www.azzurro.it

18 Novembre 2020