

Faixa etária

10-15



BOM
toque

toque
mau



Qual é a diferença entre o bom toque e o mau toque?

O **bom toque** pode incluir a sua mãe dando-lhe um beijo na bochecha, como ela diz boa noite, ou o seu pai colocando o braço em volta dos ombros. Ou talvez seu tio lhe dando tapinhas nas costas quando você se saiu bem na escola. Isso é amoroso. Você se sente seguro e cuidado.

Mas um adulto ou uma pessoa mais velha do que você pode tentar tocar você em partes do seu corpo e de maneiras que você não gosta.

É errado alguém tocar nos seus órgãos genitais (partes privadas) ou seios – partes do corpo que normalmente estão cobertas pela sua roupa interior – sem a sua permissão. Isso é conhecido como a regra da cueca.

Se uma pessoa tocar você de maneira que você se sinta assustado, preocupado, triste, envergonhado ou mal – isso não é certo. Isso é um **mau toque**.

Se um médico ou enfermeiro precisar de examiná-lo, deve fazê-lo com o conhecimento dos seus



pais ou tutor e com o seu permissão. Eles têm que explicar a você por que eles precisam examiná-lo para que você entenda.

Lidando com o mau toque

O seu corpo pertence a você. Cabe a você decidir quem pode tocá-lo.

Alguém pode tentar fazer com que você faça algo que você não quer.

Eles podem oferecer-lhe algo que você precisa ou quer, lhe dizem que o amam ou o ameaçam. Eles podem tentar tocá-lo de uma maneira que faça você se sentir desconfortável; toque seus seios ou genitais; peça-lhe para tirar a roupa; tire uma foto ou um vídeo de você quando estiver nua; falar com você sobre coisas sensuais; ou pedir para você tocar em seus genitais.

Se algo não parece certo, mesmo que a outra pessoa não toque em você, confie em seus sentimentos e vá embora. Não há problema em dizer não. Evite ficar sozinho com pessoas que fazem você se sentir desconfortável ou inseguro.

Se você tiver um mau toque, aqui estão algumas coisas que você pode fazer para obter ajuda:

- ▲ **Grite** “Não, pare com isso! Eu não gosto disso ”ou digo em voz alta:“ Vá embora, isso está errado! ”
- ▲ **Saia** correndo e grite por ajuda.
- ▲ **Reaja** se você se sentir seguro o suficiente.

Se alguém tocar em você – ou fizer você tocá-lo sexualmente – você pode se sentir envergonhado ou culpado. Eles podem pedir-lhe para manter em segredo ou ameaçar feri-lo se você disser. Eles podem fazer você se sentir sozinho, como se ninguém o ajudasse. Eles podem até fazer com que você sinta que é sua culpa.

É difícil dizer a alguém quando algo assim acontece com você, mas é importante falar sobre isso. Isso pode ajudá-lo a se sentir melhor e obter o suporte necessário.

Diga a alguém em quem você confia (talvez um pai, professor ou médico), mesmo que a pessoa que o tenha tocado seja um amigo da família ou um parente. Se a primeira pessoa que você disser não puder ajudar ou ajudar, conte para outra pessoa até encontrar alguém que acredite em você e possa apoiá-lo.

Se a pessoa que tocou mal vive em sua casa ou está próxima a você (na escola ou na igreja), é muito importante dizer a alguém para garantir que ela não aconteça novamente. Se isso acontecer com você, você precisa saber que:

- ▲ Você não fez nada errado; não é sua culpa.
- ▲ Você não é mau.
- ▲ Você continuará tendo relacionamentos felizes.