

Nein

『いやって言ったらいや！』

- 『女の子は一人ひとりちがういやっていい方がいい方がある』
- 男の子たちやおとなの男の人たちが女の子に変な声をかけたり、女の子に向かってくちぶえをふいたり、何か言ったり、変な目で見たり、さわったりしていやな思いをさせたりするのは、まあいいじゃないか、なんてことじゃない！
- そういう男の子や男の人には冷たいたいどをとってもいいし、やめてっていった時に、その理由をせつめいするひつようなんかぜんぜんない。
- ナンパされたりしたとき、かっこよくやっつけようとか、きっぱりいわなくちゃ、とか、ユーモアで答えようなんて考て悩むのはやめよう！ そんなひつようはぜんぜんない。なにを言っても、してもいい、大切なのは、「ていこうしてもいいんだ！」ということをちゃんと知っていること。自分は どうしたいのかをいつもちゃんとわかっているってむずかしい時もある。でも、自分は何がいやなののかの方がわかりやすいよね。それだけでもたいていはだいじょうぶ！
- 年上の男の子たちやおとなたちは、あなたの気持ちをわざとこんらんさせようとすることがある。たとえば、本当はわざと体にさわっているのに、ぐうぜん体にふれてしまったようなふりをしたり。変ないやな写真や、絵や、ポルノビデオをみせて、これはふつうだよ、と言ったりする人もいる。
- そんなふうに、あなたの世界をけがす人には、「やめて！」といおう！自分を守るためなら、何をやってもいい。冷たくしても、こうじつを作っても、大声を出しても、つばをはきかけてやっても、にげちゃってもいい。
- もし、何かの時に何だか変な感じがしたり、自分が変な気持ちになったら、そのことについてちゃんとまじめに考えて！しっかり考えて、自分に何ができるかチェックしよう。なるべく早くたいおうした方が、ゆうりになれる。そうした方が、何が起こるのかまっているより、その場からだっしゅつするのにゆうりなチャンスがつかめる。
- ふれあいてとっててもすてきなこと。だれと、いつふれあいたいかは自分で決めよう。大好きな男の子と、くっついて幸せな気分な時も、本当にあなたが気持ちがいいと思うことだけしよう。男の子があなたに何をきたいしているかじゃなくて、あなたがどうしたいか、それだけがあなたが幸せでいるためには大切なこと。
- 男の子が、あなたがしたいよりもっと先へ進もうとあなたをせっとくしようとしたり、むりじいするなんて、ダメ！

- おかあさんやおとうさんに、女友だちのところに行くっていったけど、本当はほかのだれかと会ってた、ということもあるかもしれない。でも、だれかがあなたに性的ないたずらをしたら、それはあなたが悪いんじゃない！
- 何でも好きなものを着よう。おしゃれをしたり、自分で、すてきと思う服を着ているからって、あなたにいたずらしてもいいなんてことは絶対ない。
- ことば（たとえばおどしやきょうはく）や、ぼう力や、そのほかの手で、あなたに不安な思いをさせてもいい人なんか、だれもない！
- だれかがあなたの気持ちをきずつけたり、気が重くなるようなひみつの話をしたら、だれかに話してしまってもいい。それは言いつけることにはならないし、うらぎりでもない。
- だれかがプレゼントをくれたら、もちろんもらってもいい。でも、プレゼントやしょうたいをことわってもいい。もし友情のあかしのプレゼントでも、プレゼントにおかえしをしなくちゃならない、ってことはない。もしだれかが、あなたにその人のために何かさせようとしてプレゼントをくれたら、それはゆすりや、まちがったこと。
- だれかが電話をかけてきて、はあはあいうあえぎ声を出したり、いやらしいことを言ったりして、あなたと話そうとすることがある。そんないたずらにたいしては、受話器をがちゃん！と切るとか、ふえを思いっきり受話器にむかってふいたりして、ていこうしよう。
- あぶないことにまきこまれた場合は、あなたがきっぱりした行動をとることがかんじん。にげてもいいし、こうじつをつくってもいいし、大声でさけぶとか、「いや！」と何度も何度も言ってもいい。5回も6回も、10回も同じことを言ってもいいし、その時に、どうしていやなのかせつめいするひつようもない。大切なのは、とにかくずっとがんばること、たとえば、1回だけさけぶんじゃなくて、ずっとさわぎつづけることがかんじん。
- 自分一人ではていこうするのがむずかしいこともよくある。だれか、助けてくれる人はいないか、考えてみよう。ぜったいあなたの味方になってくれる女友だちはいる？ 女の先生とか、児童館のかかりの女の人とかで、感じのいい人がいないかな？ ゆうきを出して、その人に話してみよう。もし、すぐに信じてもらえないとか、さいしょはその人にうちあけるゆうきがなくても、あきらめないで！ あなたは悪くない、ってことを決してわすれないで！
- 相談室に行くという方法もある。友だちや、先生や、青少年のかかりの人の中に、性的虐待（せいてきぎゃくたい）相談室や、女の子のための相談室のれんらく先を知っている人がいるかもしれない。

女の子のためのすいせん本

Quaine Bain, Maureen Sanders: **Wege aus dem Labyrinth** (迷路からの出口)

性的虐待についての若い人の疑問 出版社 donna vita Verlag

Jane Goldmann: take care! (気をつけてね！)

自己主張のためのアドバイス 出版社 Kerle Verlag
小学生の女の子のためのマンガ

Ursula Enders, Ulfert Boehme, Dorothee Wolters: **Lass das – nimm den Finger**

weg! (やめて！さわらないで！) 出版社 Anrich Verlag/Belz
授業や女の子のためのワークショップの教材

Zartbitter (編) : **Auf dem Spuren starker Mädchen** (強い女の子に続け！)

女の子のためのマンガ。いい、わるいをこえて。指導用ガイドブック付き。

Irmgard Schaffrin と Dorothee Wolters 著、Zartbitter Köln を通じてお申し込み下さい。

女の子 (とアドバイザー) のための性的暴力に対する法律アドバイス

Friesa Fastie: **Ich weiß Bescheid!** (ちゃんと知ってるよ！)

出版社 donna vita Verlag

Schmitzz さんと、ケルンおよびその周辺で女の子と女性のための自己主張コースを行っている WenDo トレーナーの活動グループにこの場を借りて御礼申し上げます。Schmitzz さんには『いやって言ったらいや！』の作成に助力いただきました。

『いやって言ったらいや！』は、郵便切手 (2 マルク 20 ペニヒ) をはった返信用封筒を同封してお申し込みください。部数が多い時は実費でおわけいたします。

ツァルトビッター・ケルンは、子どもに対する性的虐待に反対する連絡、情報室です。

その他、お問い合わせは下記へ

Zartbitter Köln

Sachsenring 2-4

50677 Köln

SONY と

Förderverein Zartbitter e.V.

の御協力に感謝いたします。



Ministerium für Frauen,
Jugend, Familie und
Gesundheit
des Landes
Nordrhein-Westfalen



寄付金口座

BfS (BLZ 370 205 00)

Kto Nr.: 812 5 7 00

日本語訳 田中美由紀

協力 Cornelia Kriesel

Strohalm e.V.