Eitt loyndarmál,
tú **ikki** skalt goyma!

www.gigni.fo

GIGNI

Kynsligur ágangur merkir, at ein vaksin ella onkur sum er nøkur ár eldri, brúkar eitt barn ella ungan til, at nøkta sínar egnu kynsligu lystir og tørv.

Hetta er harðskapur móti børnum og er ikki loyvt. **Tín kroppur er tín, og tú hevur altíð, altíð, altíð rætt til, at ráða yvir tínum kroppi!**

Um tann, sum fremur/hevur framt kynsligan ágangin er í tínari egnu familju, er tú sjálvandi bangin fyri, hvat fer at henda við tínari familju, tá tú sigur frá misnýtsluni. Hetta kann eisini verða orsøkin til, at tú ikki torir at siga tað - Men, fyri framtíðina, er tað best fyri teg og tína familju, at tit fáa tosa um kynsliga ágangin, soleiðis at hann kann verða steðgaður.

Hvat er kynsligur ágangur?

Kynsligur ágangur merkir, at ein vaksin ella onkur sum er nøkur ár eldri, brúkar eitt barn ella ungan til, at nøkta sínar egnu kynsligu lystir og tørv.

Kynsligur harðskapur, misnýtsla ella insest eru bara onnur heiti, sum merkja tað sama sum kynsligur ágangur.

Tann vaksni ger nakað seksuelt saman við, ella við barnið ella tann unga, sum ikki er náttúrligt fyri eitt barn og, sum barnið ikki sjálvt hevur funnið uppá. Hon ella hann er vorðin lokkað/lumpað, noydd til ella trúað.

Hetta er harðskapur móti børnum og er ikki loyvt.

Tín kroppur er tín, og tú hevur altíð, altíð, altíð rætt til, at ráða yvir tínum kroppi!

Kynsligur ágangur kann verða framdur á ymskan hátt

Tað er kynsligur ágangur um tú verður lokkað/-ur ella trúað/-ur til :

- at hava samlegu við tann vaksna, ella ein sum er eldri enn tú
- at skula luttaka í øðrum sløgum av seksuellum gerðum, sum t.d. at sutta penis hjá tí vaksna
- at røra við hansara ella hennara kynsgøgn; t.d. hansara penis ella hennara vagina
- at tann vaksni rørir við tíni kynsgøgn
- at skula hyggja ímeðan tann vaksni blottar seg ella onanerar
- at verða tvungin til, at hyggja eftir pornofilmi ella hoyra, at vaksin tosa við onkran ella tosa um onkran við fúlum orðum
- at onkur lúrir eftir tær, meðan tú ert í bað

Tað er ongantíð tín skyld!

Kynsligur harðskapur kann henda einaferð ella nakrar fáar ferðir, men hann kann eisini henda aftur og aftur í fleiri ár. Børn og ung, sum eru útsett fyri kynsligum ágangi kunna føla, at tað uppá onkran máta er teirra egna skyld.

Men – tað er týdningarmikið at tú veist, at tað er ongantíð tín skyld!

Kynsligur ágangur gongur altíð fyri seg í loyndum. Tað er altíð eitt loyndarmál og tað er ONGANTÍÐ tín skyld! Heldur ikki, um tú lætst teg lumpað við pengum, slikk ella øðrum.

Heldur ikki um tú helt at tað ikki var so galið allíkavæl, meðan tað fór fram, ella tú kanska helt, at tað faktiskt føldist nokk so gott.

Tað er altíð tann vaksni, sum hevur ábyrgdina av kynsligari misnýtslu!

Eitt loyndarmál, sum tú ikki skalt goyma!

Fleiri børn og ung, sum hava verið útsett fyri kynsligum ágangi, goma tað sum eitt loyndarmál.

Um tú heldur tað loyndarfult er tað kanska tí at:

- tú heldur at ongin fer at trúgva tær
- tú ert bangin fyri, hvat fer at henda tínari familju, um tú sigur frá
- tú heldur, at tú hevur gjørt okkurt galið
- tú veist, at tann vaksni hevur gjørt okkurt galið
- tú ert góður við tann, sum hevur misnýtt teg

Tað kunna vera nógvar aðrar orsøkir til, at tú ikki hevur fortalt fyri nøkrum, at tú ert vorðin, ella verður kynsliga misnýtt/-ur. Hetta er eisini eitt sera ringt loyndarmál at siga frá, men tað er sera týdningarmikið, at tú gert tað.

Fyri tað fyrsta, fyri at steðga kynsliga áganginum, um hann fer fram nú.

Í øðrum lagi, fyri at hjálpa tær sjávari/sjálvum og fáa hjálp til tað pínuna, einsemi og frustratiónina, sum tú følir.

Fyri tað triðja, fyri at tú kanst fáa eitt lív uttan kynsligan ágang.

Sig tað við onkran!

Um tú ikki følir, at tú kanst tosa við onkran vaksnan í tínari familju, mást tú royna, at finna onkran annan vaksnan, sum tú hevur álit á. Hetta kann t.d. verða heilsufrøðingurin, lærarin, ella onkur annar. Tað týdningarmesta er, at hetta er onkur, sum tú hevur álit á og sum, kann hjálpa tær víðari.

Um tann fyrsti tú sigur við, at tú hevur verið ella er fyri kynsligum ágangi, ikki trýr tær, ella ikki skilur hvat tú sigur, so mást tú ikki missa mótið. Sig tað við onkran annan. Tað finst onkur vaksin, sum vil hjálpa tær.

Kanska er tað ein av tínum vinkonum ella vinum, sum verða kynsliga misnýtt av onkrum vaksnum, ella onkrum sum er eldri enn tey. Um hann ella hon siga hetta við teg og siga, at tú ikki mást siga tað fyri nøkrum, mást tú yvirtala vinin ella vinkonuna, at tit mugu fortelja tað fyri onkrum allíkavæl. Hetta er einasti máti at steðga kynsliga ágangninum.

Tað týdningarmesta av øllum er, at tú megnar at siga frá við onkran, sum kann hjálpa tær, - og tú skalt vita, at myndugleikarnir hava skyldu til at hjálpa tær!

GIGNI
Heilsufrøði til børn & ung

Niels Finsensgøta 37 • Postboks 132 • 110 Tórshavn • Tlf. 562300