

# Child(儿童) Assault(暴力) Prevention(防止)



CAP 是一种培养人们珍惜自己的人权教育。

通过 CAP 计划我们想向儿童传达什么

权利

生存是绝对必要的权利 (基本人权)

每个人都拥有绝对必要的权利去生存——基本人权。

为了保护儿童们宝贵的心灵和身体，非常重要的是，在日常生活中让孩子们意识到并体验他们自己是拥有生存权利的宝贵的存在。

对儿童而言特别重要的三项权利  
(精神权利)



不感觉到恐惧  
和担心



感觉到身心强  
大的



能根据自己的本心  
表达心情

CAP 儿童工作坊, 让儿童保护自己  
的心灵和身体

日常生活中, 孩子们以班级为单位参加 CAP 儿童讲习班(体验式学习)。

CAP 儿童工作坊为孩子们提供了各种方法, 使学习变得有趣, 不使他们感觉害怕。

儿童权利

对于生存绝对必要的权利  
(基本人权)

三种暴力行为的角色

欺凌 (儿童)  
诱拐 (陌生人)  
性暴力 (认识的成年人)

角色扮演-咨询值得信赖的  
成年人

咨询-角色扮演

与 CAP 工作人员个别复习和  
练习的时间

通话时间

保护儿童, 儿童与保护  
—两个 CAP 儿童工作坊

为孩子们创造机会, 让孩子们在参加 CAP 之前学习 CAP, 是儿  
童在日常生活中安心地利用在 CAP 儿童工作坊中学到的知识的  
重要过程。

我们主要举办两个工作坊：教师工作坊和家长工作坊。CAP 旨在创造一个城市，这个城市里有更多成年人能够回答孩子们的各种的问题，有更多的成年人可以倾听孩子们的声音，这样可以让儿童能够生活得更有活力。

## CAP 是一种可以增加行动选择的预防性方法

- 你可以说“不”。
- 你可以逃跑。（你可以离开那个地方）
- 和别人谈谈，不要放弃，相信自己，在直到遇到一个能帮助自己的人之前继续和大家分享。

作为成年人，我想保护我们的孩子！正因为想要这样，我们一直在规范孩子的行为，和他们说“要这样做”和“不要那样做”。然而，我们对孩子们这样的指导并不能在孩子们遭遇危险的时候教会他们如何保护自己。而且，我们成年人常常因为自己不能遵守这样的规范而羞于谈论自己遭遇危险的情况。

### 请与孩子一起复习 保护心灵和身体的技能

除了 NO, GO, TELL 以外，还有.....

- 安全距离
- 特别的哭叫声（那些从身体内部发出的，只有在极度惊恐的时候才用的哭声）
- 简单的自卫（自卫后逃跑）
- 与朋友互相帮助（不要一个人默默的努力）

请接纳孩子们的任何的情绪！ 让我们始终冷静倾听。

“你和我分享了很多”

“谢谢你告诉我”

“我相信你讲的事情”

能够和孩子们的感受共情，比如“讨厌”、“害怕”和“伤心”。

即使只是重复孩子的感情也是有用的！

作为成年人，与其说是‘给予’孩子们帮助，不如和孩子们一起思考可以怎们去做。

“我们一起来想办法吧”

有些时候有可能是成年人错了。

“你还不错呢”

为了保护自己的身心，请增加行动的选项



说不  
(拒绝)



逃跑  
(离开)



告诉别人  
(分享)

当孩子告诉你他们的烦恼和困扰的时候...  
为了不让自己不知所措，让我们做好准备，  
可以让孩子们安心的倾诉！

### 作为成年人防止自己不知所措的几个方法 (CAP 的三大支柱)

#### 授权

没有一个孩子是无助的。请相信孩子们的力量，并努力使他们发挥自己的力量。

#### 儿童权利

孩子们都有生存绝对必要的权利（基本人权）。当孩子们知道自己拥有这样的权利会带给他们勇气。

#### 学校和社区的联系

倾听孩子的话，并努力支持他们，通过与社区和学校的联系，不让孩子处于孤立的状态。