

# INTERVJU O SPOLNIH ZLORABAH

Sprašuje: ga. Maja Ferbežar

Odgovarja: doc.dr. Tanja Repič

## 1. V kakšni okoljih prihaja do spolnih zlorab?

Do spolne zlorabe lahko pride povsod, tako znotraj družine (od ljudi, ki naj bi otrokom dajali varnost) kot zunaj družine (s strani učiteljev, trenerjev, zdravnikov, duhovnikov...). Kasneje, ko ti otroci odrastejo, so veliko bolj izpostavljeni ponovnim zlorabam. Raziskave kažejo, da je med posiljenimi ženskami 65 % tistih, ki so bile tudi v otroštvu žrtve spolne zlorabe. Morda bi na tem mestu omenila še spolne zlorabe, ki se dogajajo v partnerskih odnosih, ko en partner (največkrat je to moški) izsiljuje, prisiljuje ali manipulira s spolnostjo in spolnimi igravicami drugega partnerja (običajno žensko). Če v partnerskem odnosu ni prostovoljne privolitve z obeh strani, potem govorimo prav tako o zlorabi in ne o ljubezni!

## 2. Kdo so žrtve spolnih zlorab?

Žrtve spolnih zlorab so tako deklice kot dečki. V splošnem raziskave kažejo, da so dekleta dvakrat pogosteje žrtve kot fantje ter da so dekleta pogosteje zlorabljeni s strani družinskih članov, fantje pa zunaj družine. V 85 %-ih primerov spolnih zlorab je storilec nekdo, ki ga otrok zelo dobro pozna in mu celo zaupa (npr. družinski člani, sorodniki, prijatelji, sosedje, varuška, učitelji...), le 15 % je tujcev in takoimenovanih "neznancev iz parka" pred katerimi odrasli svarijo svoje otroke, se pa premalo zavedajo, da je pravi rabelj morda doma pod "isto streho" kot otrok. Mnoge študije po svetu pa potrjujejo tudi kruto resnico, da je bila ena tretjina tistih, ki spolno zlorabljujejo tudi samih v otroštvu žrtev spolnih zlorab. Gre za pravo zasvojenost, za katero je nujno potrebno zdravljenje in ne samo zaporna kazen (če do te sploh kdaj pride), sicer se dejanja zlorabe nadaljujejo.

## 3. Kakšne so najpogostejše posledice spolnih zlorab pri otrocih in pri odraslih?

Posledic spolne zlorabe je zelo veliko in ljudje najpogosteje kar ne morejo verjeti, da ima „ena sama zloraba“ lahko tako močan vpliv. Znaki, ki morda lahko opozarjajo na spolno zlorabo so mnogi, vendar pa *ni vsak simptom nujno posledica omenjene travme*. Med najpogostejše klice na pomoč pa zagotovo spadajo strahovi (strah pred umivanjem, občutek, da se bo zadušil, strah pred dotikom...), pogosta kronična somatska obolenja (glavoboli, prehladi, želodčne težave, astma...), regresija v vedenju (otrok začne ponovno močiti posteljo), čustvena razdražljivost in preobčutljivost, moteno spanje povezano z mnogimi strahovi, agresivno vedenje in nenadne težave v šoli, seksualizirano vedenje (otrok se začne pogosto samozadovoljevati, lahko na drugih otrocih ali preko plišastih igračk, risbe kaže, kaj se mu je zgodilo), nizka samopodoba, sram, krivda... Kasneje v puberteti pa so ti nemi kriki lahko tudi vse vrste zasvojenosti, motnje hranjenja (anoreksija, bulimija, kompulzivno prenaždanje), promiskuitetno vedenje, poskusi samomora, pobeg od doma, depresija, panični napadi itd. Pri tem bi rada poudarila še to, da ni nujno, da se bodo posledice zlorabe pokazale takoj po sami travmi. Lahko se pokažejo čez nekaj mesecev, lahko celo let ali pa se nezavedno prenesejo naprej s staršev na otroke, vnuke in ti doživljajo ista čutenja in telesne senzacije, kot bi bili sami zlorabljeni, v resnici pa so živeli ob osebi, ki je imela to izkušnjo, jo pa ni nikoli predelala, ampak samo potlačila in živela naprej.

Vsak zlorabljeni lahko doživlja drugačne občutke, vsem pa je bolj ko ne skupno, da čutijo ogromno krivde, sploh v primerih, ko se niso branili, pobegnili ali ko so morda celo čutili, da se je njihovo telo odzvalo z neke vrste »ugodjem«. Dejstvo pa je, da žrtev nikoli ni kriva, ne glede na to, kako se je obnašala in kako je bila oblečena. Vedno je za to kaznivo dejanje odgovoren storilec. Večino žrtev med zlorabljanjem zamrzne, otopi in ne uspe pobegniti ali se braniti, to pa zato, ker se takrat v telesu sprožajo stresni hormoni, ki preplavijo del možganov (imenovan hipokampus), ki posledično zablokira in povzroči negibnost (podobno lahko otrokne miš pred mačkom, ko ne more več pobegniti). Takrat ni mogoče zbežati. Če žrtev doživlja neke vrste »ugodje«, to ne pomeni, da ji je lepo ali da sodeluje, ampak samo kaže na to, da je njeno telo še toliko senzitivno, da se odziva na določene senzacije in dražljaje. Poleg krivde žrtve najpogosteje doživljajo tudi sram, gnus, počutijo se grde, nemočne in prestrašene. Zdi se jim, da jim nihče ne bo verjel, sploh ko je storilec nekdo, ki v javnosti deluje kot zelo ugledna oseba.

Pri manjših otrocih je pogosto prisoten tudi strah, da ga bodo odrasli kaznovali, ker je nemoralen, še zlasti, ko je spolnost tabu tema in se o njej ne govori. Le kako naj otrok spregovori o popolnoma neprimerni spolni izkušnji, ki se ji reče *zloraba*, ko pa marsikje niti mož in žena (odrasli), med katerima je *ljubezen*, ne zmoreta po več letih zakona govoriti o tem, kaj jima je/ni všeč v spolnosti?!

### **5. Kako prepoznati spolno zlorabo pri osebah, ki so spomin nanje potisnile v podzavest in se jih ne spominjajo?**

Ni nekih navodil, ki bi lahko jasno dale vedeti, kako prepoznati to osebo. Terapevt ali kateri drug strokovnjak, ki se ukvarja s to tematiko, bo zelo hitro lahko začutil in zaslutil, da se za občutki krivde, sramu, gnusa, strahu in drugimi stiskami skriva neka hujša travmatična izkušnja. V terapiji se prej ali slej izkaže, da četudi se nekdo ne spominja samih slik, da si je njegovo telo zapomnilo vsa čutenja, vse senzacije, vedenje in afekte, ki so se vtisnili v organski spomin. Ko je človekova psiha dovolj močna, bodo začeli v obliki „flashbackov“ prihajati na dan travmatični spomini. Korak za korakom. Toliko, kolikor bo varno in kolikor bo lahko v tistem trenutku določena oseba predelala, razrešila. Pri tem je nujno potrebno spoštovati pot in proces vsakega posameznika.

### **6. Kako prepoznati spolno zlorabljenega osebo v družbi in kako ji pomagati?**

Ljudje pogosto mislijo, da če je tu pa tam kdo spolno zlorabljen, da se bo to videlo že na daleč, ker bo čudno oblečen, neurejen, nesposoben za karkoli... Pa to niti pod razno ni res! Sama na terapijah srečujem veliko več takih ljudi, ki navzven delujejo zelo funkcionalno, si ustvarijo družino, so aktivni vsepovsod, urejeni, v sebi pa tako zelo polni bolečin in stisk, da se ne da opisati z besedami. Tako kot so se naučili skrivati zlorabo (da ne drugi vedeli, kaj nekdo z njimi počne), tako se naučijo skrivati kasneje tudi vse skrbi in probleme. Če nam nekdo zaupa svojo travmatično izkušnjo, potem mu dajmo sočutje. Morda le par nasvetov: ne ga spraševati „Zakaj“ (*zakaj nisi že prej povedal, zakaj nisi pobegnil, zakaj...*), ker vsak ZAKAJ prebudi pri ljudeh običajno najprej krivdo. Če pa nekdo čuti krivdo, bo težko verjel, da je za zlorabo kriv in odgovoren nekdo drugi, torej storilec. Ne govoriti, da je drugim še hujše, da imajo srečo, da ni bilo še bolj grozno..., ker s tem še dodatno razvrednotimo stisko in doživljanja zlorabljenega. Prav tako je

pomembno, da se te osebe, ki se nam zaupa, ne dotikamo, jo objemamo, ker bi jo radi tako potolažili (razen če to sama želi), ker jo lahko to ponovno nezavedno spomni na zlorabo, saj je bil prav dotik tisti, ki jo je umazal, ponižal in osramotil. Dajmo tej osebi možnost, da pove, kar želi in kolikor želi. Ni potrebno spraševati vseh možnih detajlov, ker to samo ponovno razgali dostojanstvo žrtve in ni bistveno za to, da bi bilo nekemu lažje. Bolj pomembno je, da žrtvi pustimo, da pove, kako se je počutila, česa jo je strah, kaj jo jezi, koliko sramu čuti in koliko občutkov, da je grda... in četudi mi ne vidimo razloga, da bi se tako počutila (npr. grdo, ker je lepa, debelo, ker je suha...), ji povejmo, da ji *verjamemo*, da se tako doživlja, čeprav mi o njej tega ne mislimo. Nujno je žrtvi treba povedati, da za zlorabo NI BILA SAMA KRIVA, četudi jo je storilec prepričal, da je izzivala, da je sama hotela, da ji je bilo všeč, da ni pobegnila ali se branila...NIKOLI ni kriva!! Vedno je kriv in v polnosti odgovoren storilec! In ne glede na to, kako dolgi so postopki na sodiščih, kako težko je govoriti pred kriminalisti, odvetniki in sodniki ponovno boleče zgober, je pomembno, da je zloraba prijavljena.

#### **9. Kako ravnati, če smo sami žrtev spolnih zlorab?**

Vsekakor ne obupati, četudi se zdi kdaj življenje brezupno ali zelo težko. Upanje je. Pot naprej obstaja. In če jo ljudje sami ali s pomočjo prijateljev ali partnerja ne najdejo, naj se obnejo na strokovnjaka, ki se s tem ukvarja, saj si zaslužijo iti naprej!

#### **12. Katere vrste nasilja se pojavljajo v družinah?**

Žal se v družini lahko pojavljajo prav vse možne vrste nasilja: **čustveno nasilje** (manipulacije, grožnje, izsiljevanje...), **fizično nasilje** (pretepanje, dušenje, kaznovanje z udarci tako otroka kot odraslega) in **spolno nasilje** (otipavanje, govojenje opolzkih besed, razkazovanje pornografije, penetracija z različnimi predmeti, prsti, penisom v analno, oralno ali vaginalno odprtino...).

#### **10. Ali lahko predvidimo spolno zlorabo in s tem preprečimo nadaljnji razvoj spolnega nasilja ter kako ravnati, če prepoznamo, da gre za spolno zlorabo ali druge oblike nasilja v družini?**

Spolno zlorabo je zelo težko predvideti, saj storilec običajno že vnaprej išče take osebe (otroke ali odrasle), ob katerih nezavedno začuti, da jih bi lahko obvladoval (predvsem v čustvenem smislu). Sam otrok ne more ničesar narediti,

saj je storilec največkrat korak pred njim in ga z različnimi manipulacijami, grožnjami in zvijačami onemogoči, da bi to preprečil ali kasneje komu povedal. O zlorabi se ne sme molčati, ker se s tem samo ščiti rablje, ki nikoli ne ostanejo samo pri eni žrtvi! Otroke bi morali od malega naprej učiti o primernih in neprimernih dotikih, o mejah, ki se nikoli ne smejo prekoračiti, o varnih in nevarnih skrivnostih, o tem, da je treba povedati nekomu, ki mu zaupajo, če se jim kaj takega zgodi, saj bi tako vsaj takrat, ko se prvič zgodi zloraba, prej vedeli, da to ni prav in bi morda potem lažje komu povedali. Prevečkrat se dogaja, da šele kasneje, ko neko dekle odraste ali pride v puberteto dojamemo, da tisto, kar ji je oče, stric ali kdo drug počel, ni bilo izkazovanje pozornosti in ljubezni, ampak zloraba telesa in zaupanja!!

Odrasli lahko za svojo varnost poskrbijo tudi s tem, da se izogibajo situacijam, kjer ni najbolj varno (npr. avtoštopov, čudnih temnih ulic ali nočnih lokalov...)....

Skratka, vedno je treba reagirati na vsakršno nasilje in zlorabe ter za začetek vsaj prijaviti kaznivo dejanje, čeprav klinične izkušnje kažejo, da če žrtev prijavi zlorabo, ko je še polna krivde, je manjša možnost, da bo osumljeni obsojen. Če pa žrtev ne čuti več krivde in je v stiku z zdravo jezo, potem pa je večja verjetnost, da bo tudi storilec kaznovan.

## **11. Ali imate kakšno sporočilo za storilce spolnih zlorab?**

Naj ne bodo tako strahopetni, da svoj gnus, krivdo in sram dajejo z zlorabljanjem nedolžnim žrtvam, ampak naj bodo pogumni in si poiščejo pomoč ter prevzamejo odgovornost za svoja (kazniva) dejanja, s katerimi uničujejo življenje žal premnogih otrok!!!